

# FOCUS

## newsletter



schulnetz21

kantonales netzwerk  
gesundheitsfördernder schulen

st.gallen

### EDITORIAL

Liebe Leserin, lieber Leser

Das Schweizerische Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen (SNGS), das dieses Jahr sein 20-jähriges Jubiläum feiert, entwickelt sich weiter zum Schweizerischen Netzwerk gesundheitsfördernder und nachhaltiger Schulen, kurz Schulnetz21. Dem neuen Erscheinungsbild wurde auch der Newsletter FOCUS angepasst.

Ich wünsche Ihnen eine anregende Lektüre.

Norbert Würth

Schule und Gesundheit

### INFO



#### Schulnetz21 hebt ab

Das [Schulnetz21](#) umfasst neben Gesundheitsförderung weitere Themen von Bildung für Nachhaltige Entwicklung wie zum Beispiel Umwelt, Demokratie, Menschenrechte und andere. Diese inhaltliche Erweiterung ist auf die sprachregionalen und stufenspezifischen Lehrpläne ausgerichtet. So unterstützt das Netzwerk Schulen auf dem Weg zu gesunden und nachhaltigen Lern-, Arbeits- und Lebensorten.

### ANGEBOT



schulnetz21

kantonales netzwerk  
gesundheitsfördernder schulen

st.gallen

#### Kantonales Netzwerk gesundheitsfördernder Schulen St.Gallen

Das kantonale Netzwerk setzt weiterhin auf den Schwerpunkt Gesundheitsförderung. Es unterstützt die Mitgliedschulen dabei, in den Schulen ein gutes Schulklima zu fördern und die Schülerinnen und Schüler auf dem Weg zu eigenständigen Persönlichkeiten zu begleiten. Die Mitgliedschaft im Netzwerk ist kostenlos, vorausgesetzt wird eine Massnahmenplanung zur Gesundheitsförderung für drei Jahre. [Information](#) und [Kontakt](#).

### ANGEBOT



#### Primarschule Neugasse Bazenheid mit Label ausgezeichnet

Die [Primarschule Neugasse Bazenheid](#) setzt sich schon länger für eine gesunde Entwicklung der Schulkinder ein. Neben der Thematisierung im Unterricht werden regelmässig Sondertage und Sonderwochen gestaltet, in den das Zusammenleben sowie Bewegung und Ernährung zentrale Inhalte sind. In einer kleinen Feier überbrachte Norbert Würth, Fachstelle Schule und Gesundheit bei ZEPRA, die Plakette des [Netzwerks gesundheitsfördernder Schulen St.Gallen](#). Sie ist Auszeichnung und zugleich Ansporn, weiter in dieser Richtung zu gehen.

**ANGEBOT**

**Fachtagung «radikalisiert & extrem oder doch nur rebellisch?»**



Die Fachtagung «radikalisiert & extrem oder doch nur rebellisch?» vertieft das Thema des «sicher!gesund!» Heftes «Radikalisierung & Extremismus». Der Erfahrungsaustausch unter den Teilnehmerinnen und Teilnehmern wird durch die Inputreferate und durch themenspezifische Workshops angeregt. In diesen werden zum Beispiel die Rolle der digitalen Medien als Transporteur von Extremismus, herausfordernde Gespräche mit Jugendlichen oder die Elternarbeit vor dem Hintergrund von Extremismus, bearbeitet. Die Tagung findet am **28. Oktober 2017 in Wil** statt. Das [Programm und die Anmeldemöglichkeit](#) sind ab dem 15. Juni 2017 verfügbar. Reservieren Sie sich jetzt schon den Termin! [Kontakt](#).

**INFO**

**Zentrale Datenbank für Unterstützungsangebote**



Das Ostschweizer Forum für Psychische Gesundheit und das Amt für Gesundheitsvorsorge des Kantons St. Gallen sind zurzeit dabei, im Rahmen des Projekts «Kinder im seelischen Gleichgewicht» eine Datenbanklösung zur zentralen Suche und Verwaltung von Unterstützungsangeboten in den Bereichen Gesundheit und Soziales zu entwickeln. Im Gegensatz zu bestehenden Anbieterverzeichnissen wird die neue Lösung auf Angebote fokussieren. Die Nutzung der Datenbank wird kostenlos sein. Interessierte Mitnutzer haben die Möglichkeit, die Suchmaske nach vordefinierten Filtern auf ihren Websites einzubinden. [Information](#).

**ANGEBOT**

**«10 Impulse für psychische Gesundheit» erweitert**



Die bekannten «10 Impulse für psychische Gesundheit» geben Anregungen für mehr Gesundheit und Wohlbefinden im Alltag. Anlässlich der OFFA 2017 wurde eine neue Wanderausstellung «10 + 1 Impulse für psychische Gesundheit» gestaltet, die von Schulkindern illustriert wurde. Das Gewinnerbild für die Gestaltung des neuen 11. Impuls stammt von der 3. Klasse Bühler von Angela Thöny: Jedes der Kinder malte ein Bild, das zum Nachdenken über den Impuls «Bewusst Essen - Nahrung für Körper, Geist und Seele» anregen sollte. [Information](#).

**INFO**

**20 Jahre SNGS – wir feiern!**



Das Schweizerische Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen feiert dieses Jahr das 20-jährige Jubiläum mit verschiedenen Aktivitäten. RADIX, kantonale Netzwerke und verschiedene Mitgliedschulen erzählen in sogenannten [Pecha Kuchas](#), wie Schulen von der Gesundheitsförderung profitieren.

## BERICHT

## LCH

## Kosten berufsbedingter Krankheitsabsenzen der Lehrpersonen

Arbeitgeberorganisationen sind gesetzlich verpflichtet, berufsbedingte Gesundheitsbeeinträchtigungen soweit als möglich zu verhindern. Die Studie [«Kosten berufsbedingter Krankheitsabsenzen der Lehrpersonen»](#) des [«Büro BASS»](#) schätzt die jährlichen Kosten auf 33 Mio. Franken. Die Studie ist Teil des Projekts [«Gesundheit der Lehrpersonen»](#) von Dachverband Lehrerinnen und Lehrerinnen Schweiz (LCH).

## BERICHT



## Schulstress ist weit verbreitet

Bei den 15-Jährigen fühlt sich nahezu ein Drittel durch die Arbeit für die Schule gestresst. Gestresste Jugendliche rauchen häufiger und ihr Wohlbefinden ist oft beeinträchtigt. [Sucht Schweiz](#), die im Auftrag des [Bundesamtes für Gesundheit](#) die nationalen Schülerstudien durchführt, hat die Ergebnisse in einem [Faktenblatt](#) zusammengefasst. Sie zeigen, dass Stress weiter verbreitet ist als noch vor 16 Jahren.

## INFO



## «Ernährungsspass im Familienalltag»

Die Broschüre [«Ernährungsspass im Familienalltag»](#) von Purzelbaum Schweiz stellt Eltern anhand von farbenfrohen Fotos eine Auswahl an ausgewogenen und nachhaltigen Mahlzeiten mit frischen und saisonalen Zutaten vor, deren Zubereitung nicht viel Zeit in Anspruch nimmt und die auch nicht teuer sind. [Information](#) zur kostenlosen Bestellung.

## INFO



## Bewegung und Lernen

Die Idee der [«Bewegten Schule»](#) lässt sich bis in die 1980er Jahre zurückverfolgen. Im Buch [«Bewegung und Lernen»](#) werden die verschiedenen Ansätze, Erfahrungen und Begründungslinien systematisch aufgearbeitet. Neben der Förderung von Gesundheit und körperlicher Entwicklung sind es Impulse für das Lernen sowie für die Unterrichts-, Schul- und Qualitätsentwicklung, die eine Bewegte Schule auszeichnen. Das Buch beschreibt zahlreiche Ansatzpunkte und Erfahrungen aus den Handlungsfeldern [«Lehren und Lernen»](#), [«Lern- und Lebensraum Schule»](#) sowie [«Steuern und Organisieren»](#). Brägger, Gerold et al. (2017): [Bewegung und Lernen](#). Beltz Verlag. ISBN 978-3-407-25769-7

## INFO



## «5 am Tag» - Informationen zu Gemüse und Obst

[«5 am Tag»](#), eine Kampagne der [Krebsliga Schweiz](#), will das Essen von Gemüse und Obst fördern. Neben Antworten zu häufigen Fragen über den Konsum finden Interessierte Rezepte sowie Tipps zum Einkaufen und zur Zubereitung.

## TIPP

## Riskantes Trinken vor dem Ausgang bei Jugendlichen weit verbreitet



SUCHT | SCHWEIZ

Das Trinken vor dem Ausgang ist unter Jugendlichen und jungen Erwachsenen weit verbreitet. «Sucht Schweiz» untersuchte in mehreren Forschungsarbeiten unterschiedliche Facetten des Phänomens. Ein Fazit: Das so genannte «Vorglühen» verleitet dazu, an einem Abend fast doppelt so viel zu trinken - mit entsprechenden Risiken. [Bericht](#).

## INFO



SCHWEIZER  
SUCHTPANORAMA  
2017

## Schweizer Suchtpanorama 2017

Der Konsum von legalen und illegalen psychoaktiven Substanzen in unserer Gesellschaft ist nach wie vor ein brisantes Thema. Während ein Grossteil der Bevölkerung einen unproblematischen Umgang mit solchen Substanzen hat, trinkt ein Fünftel zu oft oder zu viel Alkohol. Immer noch raucht ein Viertel der Schweizer Bevölkerung. Das [Schweizer Suchtpanorama 2017](#) von [Sucht Schweiz](#) gibt einen Überblick. Eine der zentralen Fragen ist, wer in der Suchtpolitik welche Verantwortung trägt. Der Bericht hinterfragt dabei auch die Rolle des Staates und der Wirtschaft.

## PROJEKT



## Interviews mit Jugendlichen zum Thema Tabakkonsum

In vier [Video-Clips](#) auf [feel-ok](#) suchen Jugendliche nach Antworten auf Fragen zum Tabakkonsum. Für die Nutzung im Unterricht finden Lehrpersonen unter «Lehrpersonen und Multiplikatoren» im Register Arbeitsblätter Rauchen das [Arbeitsblatt Nr. 2](#).

## INFO



## HBSC-Studie: Ergebnisse der Schweizer Befragung

In der Schweiz ist [Sucht Schweiz](#) mit der HBSC («[Health Behaviour in School-aged Children](#)») Studie betraut. Die Ergebnisse der 2014 durchgeführten Befragung wurden in verschiedenen [Publikationen](#) veröffentlicht, zum Beispiel in der Broschüre «[Alles klar?](#) Suchtmittelkonsum und Umgang mit Neuen Medien bei 13- bis 15-Jährigen».

## AGENDA

10. - 11.07.2017

«Krisenarbeit an Schulen», St.Gallen, [Info](#)

06. - 08.09.2017

Schulleitungssymposium Bildung 5.0? Zukunft des Lernens – Zukunft Schule, Zug, [Info](#)

28.10.2017

«radikalisiert & extrem oder doch nur rebellisch?», Wil, [Info](#)

02.12.2017

«Gesundheit und Zukunft» Jubiläumsimpulstagung, Bern, [Info](#)

Redaktion und Kontakt:

Amt für Gesundheitsvorsorge | ZEPRA | Fachstelle Schule und Gesundheit | Norbert Würth  
Unterstrasse 22 | 9001 St.Gallen | Telefon 058 229 87 66 | [norbert.wuerth@sg.ch](mailto:norbert.wuerth@sg.ch)