



EDITORIAL

Liebe Leserin, lieber Leser

Gesundheitsförderung und Prävention in der Schule habe verschiedene Facetten - psychische Gesundheit, Bewegung und Ernährung, Sucht- und Gewaltprävention, Umgang mit digitalen Medien, um nur einige zu nennen. Nachfolgend finden Sie dazu allgemeine Informationen und konkrete Hinweise auf Projekte, Programme und Fachtagungen. Lassen Sie sich für Ihre Präventionsarbeit davon inspirieren.

Norbert Würth
Schule und Gesundheit

INFO



Save the date: Fachtagung «radikalisiert & extrem oder ...?»

Die Fachtagung «radikalisiert und extrem oder doch nur rebellisch?» musste verschoben werden und findet neu am Samstag, 24. März 2018, in der Kantonsschule Wil statt. Sie vertieft das Themenheft «Radikalisierung & Extremismus» und richtet sich an Personen aus der Schulbereich sowie der Kinder- und Jugendarbeit. [Programm und Online-Anmeldung](#) ab 18. Dezember 2017.

INFO



Psychische Gesundheit im Bildungsbereich

Mehrere Akteure des Netzwerks bildung+gesundheit, darunter RADIX, haben im Auftrag des BAG eine Bedarfsanalyse von Massnahmen zur Förderung der psychischen Gesundheit im Bildungsbereich erstellt. Der [Synthesebericht](#) beinhaltet 13 Empfehlungen. Radix unterstützt die Förderung der psychischen Gesundheit der 0 bis 18-Jährigen mit [drei Angeboten für Schulen](#).

ANGEBOT



«freelance-award» 2017: Plakate Digitale Medien prämiert

Im Rahmen des Suchtpräventionsprogramms «freelance» wurden im vergangenen Frühjahr die besten Präventionsbotschaften von Schülerinnen und Schülern zum Thema Digitale Medien prämiert. Die 11 [ausgezeichneten Sujets](#) der neuen Kampagne sind derzeit auf zahlreichen Plakatwänden sowie in verschiedenen Kinos im Kanton St.Gallen zu sehen. Die Plakate können in den Formaten A2, A4 sowie im Postkarten-Format [online](#) bestellt werden. Schulen erhalten die Kartensets und Plakate kostenlos. Für Wanderausstellungen, Sonderwochen oder ähnliche Anlässe stehen Rollbanner zur Verfügung (kostenlose Ausleihe).

ANGEBOT


Jugendtag St.Gallen

Der Jugendtag bietet 60 Schulklassen des 7. und 8. Schuljahres (1. und 2. Oberstufe) ein informatives und abwechslungsreiches Programm im Athletik Zentrum St.Gallen zu den Themen Bewegung, Ernährung/Esstörungen, Gewalt, Tabak, Alkohol und Geld. Die Klassen werden in den Workshops und während des Parcours von ihren Lehrpersonen begleitet. [Anmeldung ab Mitte Dezember 2017.](#)

ANGEBOT


Märchen – Schlüssel zum Leben

Märchen erzählen vom Leben, sie richten sich in einer eigenen bildhaften Sprache an die Seele der Zuhörenden und regen deren Fantasie an. Sie machen Kinder damit vertraut, dass auch in scheinbar ausweglosen Situationen Lösungen gefunden werden können. Das mehrteilige Projekt für Kindergarten- und Unterstufenklassen beginnt mit der Märchenstunde eines Erzählers. Das Projekt dauert ein Jahr. Aus drei Varianten wählen die Lehrpersonen die ihnen passende aus. [Information.](#)

INFO


Übergewicht bei Schulkindern

Die neusten [Daten](#) aus verschiedenen Städten und Kantonen zeigen, dass über alle Schulstufen betrachtet 16,4% der Kinder übergewichtig sind. Mit 14,4% übergewichtigen Schülerinnen und Schülern liegt der Kanton St.Gallen leicht unter dem Durchschnitt. Übergewichtige und adipöse Schülerinnen und Schüler werden nicht selten gehänselt, ausgegrenzt oder gemobbt. Tipps und Anregungen für Lehrpersonen, wie sie damit umgehen und Kinder unterstützen können, bietet die Broschüre «[Übergewichtige und adipöse Kinder in der Schule](#)».

ANGEBOT


Kursangebot: Bewegungsfreundliche Schule

Bewegungsaktivitäten im Schulunterricht eignen sich sehr gut, um zusätzliche Lernkanäle zu erschliessen und die Informationsaufnahme zu optimieren. Die Weiterbildung «Bewegungsfreundliche Schule» unterstützt Schulen und Lehrpersonen auf dem Weg zu einem bewegungsförderlichen Schulalltag der Kinder. Der fünfteilige Kurs begleitet die Teilnehmenden während eines Jahres und zeigt auf, wie Bewegung nachhaltig in den Schulalltag integriert werden kann. Praxisnah werden die Lehrpersonen darin angeleitet, dem Profil der Klasse entsprechende Elemente einer bewegungsfreundlichen Schule umzusetzen. Anmeldeschluss ist der 20. Dezember 2017. [Information.](#)

ANGEBOT

Kidz-Box

Die Kidz-Box gilt als ein bewährtes Lehrmittel für Kinder zu den Themen Ernährung und Bewegung. Die Übungskarten in der Box liefern Ideen, wie abwechslungsreiche Bewegung und ausgewogene Ernährung spielerisch in den Tagesablauf eingebaut werden können – im Kindergarten, in der Spielgruppe oder daheim. [Kostenlose Bestellung](#).

INFO


Gesundheitsförderung in der Schule

Orientierungsraster für die Schulentwicklung und Schulevaluation an den Volksschulen des Kantons Aargau

Oktober 2017

Orientierungsraster zur Gesundheitsförderung

Der neue Orientierungsraster zur Gesundheitsförderung in der Schule beschreibt mit zahlreichen Leitsätzen und Indikatoren, was eine gesundheitsfördernde Schule ausmacht. Der Raster ist für die Schulentwicklung und Schulevaluation an den Volksschulen des Kantons Aargau entwickelt worden. Er kann - entsprechend an die kantonalen Gegebenheiten angepasst - auch in anderen Kantonen genutzt werden. [Download](#).

ANGEBOT

Unterrichtsmittel Suchtmittelprävention Blaues Kreuz Bern

Das Blaue Kreuz Bern hat zu Alkohol, Tabak, Cannabis und anderen Themen kurze und interaktive Präventionslehrmittel für Lehrpersonen von Oberstufenschulen, Gymnasien und Berufsfachschulen erstellt. Die Module dauern jeweils zwischen 15 und 45 Minuten. [Download der Unterlagen](#).

INFO

Ein Fünftel der Schweizer Bevölkerung konsumiert zu viel Alkohol, ein Viertel raucht

Die Zahlen des neuen [Suchtmonitorings](#) für das Jahr 2016 zeigen: Ein Viertel der Bevölkerung raucht und ein Fünftel weist einen riskanten Alkoholkonsum auf. Bei den illegalen Drogen ist Cannabis die am meisten konsumierte Substanz. Damit bleibt der Konsum von psychoaktiven Substanzen in der Schweiz weitgehend stabil. Problematisch ist die Entwicklung des Konsums von Wasserpfeifen – insbesondere bei den jüngeren Altersgruppen. Im [Bulletin 44/17](#) des Bundesamtes für Gesundheit sind die wichtigsten Ergebnisse des Suchtmonitorings zusammengefasst.

ANGEBOT

ARBEITSBLÄTTER LEHRPLAN 21

LEHRPLAN 21 UND FEEL-OK.CH

Lehrplan Volksschule mit feel-ok.ch

Der Lehrplan 21 legt die Ziele für den Unterricht aller Stufen der Volksschule fest und ist ein Planungsinstrument für Lehrpersonen, Schulen und Bildungsbehörden. [feel-ok.ch](#) bietet zahlreiche Instrumente an, um bestimmte Ziele des Lehrplans 21 umzusetzen.

INFO

Respekt!
Schule als ideale Orte der Prävention
von sexualisierter Gewalt
Eine Handreichung



Respekt! Prävention von sexualisierter Gewalt

Die Handreichung für Lehrpersonen enthält 13 Beiträge bekannter Expertinnen und Experten aus Wissenschaft und Praxis. Verständlich und praxisnah greifen sie auf, was für die Schule relevant ist: das Ausmass sexualisierter Gewalt, die Folgen für die Kinder, die Strategien der Täter, die erforderlichen Handlungsschritte, wenn sich ein Kind oder eine Jugendliche resp. ein Jugendlicher anvertraut sowie die Bedeutung eines offenen, respektvollen und grenzachtenden Umgangs. [Information](#).

INFO



HBSC-Plattform erneuert

Die [Plattform](#) zum Gesundheitsverhalten von Schülerinnen und Schülern in der Schweiz kurz HBSC-Studie (= Health Behaviour in School-aged Children) wurde umfassend erneuert, die Besucherinnen und Besuchern erhalten einen erleichterten Zugang zu den Projektpublikationen zu Themen rund um das Gesundheitsverhalten der 11- bis 15-jährigen Schülerinnen und Schülern in der Schweiz.

ANGEBOT



Gesundbleiben im Lehrberuf - sich abgrenzen und Nein sagen

Viele Lehrpersonen engagieren sich sehr für guten Unterricht, das Wohl ihrer Schülerinnen und Schüler und die Entwicklung ihrer Schule. Manche Lehrerinnen und Lehrer versuchen, es allen recht zu machen. Dann besteht das Risiko, sich zu sehr zu verausgaben und sogar krank zu werden. Ziel des schulinternen Kurses ist, für sich persönlich und als Team eine gute Balance zwischen Engagement und Abgrenzung zu definieren und Abgrenzungsstrategien kennenzulernen. [Kontakt](#) und [Information](#).

AGENDA

16. Januar 2018	Tagung Netzwerk Schulsozialarbeit Kanton St.Gallen, St.Gallen, Info
18. Januar 2018	19. Nationale Gesundheitsförderungs-Konferenz Gesundheit für alle, Bern, Info
26. Januar 2018	Tagesschule 2018 – Kinder und Jugendliche im Fokus, Zürich, Info
10. März 2018	Tagung: Achtsamkeit in Schule und Bildung, Luzern, Info
24. März 2018	Fachtagung radikalisiert und extrem oder doch nur rebellisch?, Wil, Info
04. Juli 2018	Schweizerische Fachtagung Jugendgewalt, Zürich, 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