



news letter



schulnetz21

kantonales netzwerk
gesundheitsfördernder schulen

st.gallen

EDITORIAL

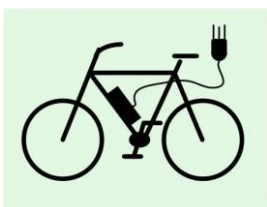
Liebe Leserin, lieber Leser

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 davon für Ihre Präventionsarbeit inspirieren.

Norbert Würth

Schule und Gesundheit

INFO



E-Bike - aber sicher!

Langsamere E-Bikes, die mit Tretunterstützung eine Geschwindigkeit bis 25km/h erreichen, dürfen nur von Personen gefahren werden, die mindestens 16-jährig sind. Im Alter von 14 bis 16 braucht es einen Führerausweis der Kategorie M. Vermehrt nutzen Schülerinnen und Schüler, ohne die gesetzlichen Anforderungen zu erfüllen, ein E-Bike für den Schulweg oder für schulische Exkursionen. Die Schulen sind aufgefordert, die Sachlage mit den Jugendlichen und deren Eltern zu klären, um eine korrekte Nutzung solcher Fahrzeuge zu gewährleisten. [Information](#).

INFO



Gesundheit stärkt Bildung

Gesundheit, Wohlbefinden, Leistungsmotivation und Bildungserfolg der Schülerinnen und Schüler hängen mit Faktoren des Unterrichts und des Schulklimas sowie mit der Gesundheit und dem Wohlbefinden der Lehrpersonen und Schulleitungen zusammen.

Sechs gute Gründe um die schulische Gesundheit aktiv zu fördern sind im [Argumentarium](#) der [Allianz BGF](#) in Schulen zu finden. Damit können die Schulträger Voraussetzungen für eine gesundheitsfördernde Arbeits-, Lern- und Lebenswelt für alle Beteiligten in der Schule schaffen.

ANGEBOT



Restbestand Jugendagenda Freelance 2018 / 2019

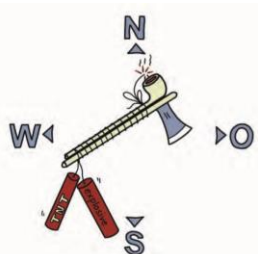
Es gibt noch einen kleinen Restbestand der Freelance-Jugendagenda für das Schuljahr 2018/2019. Diverse Spezialseiten zu Präventionsthemen bieten eine gute Grundlage, um aktuelle Themen im Unterricht aufzugreifen. Kontaktnahme per [E-Mail](#) oder per Telefon 058 229 87 91.

ANGEBOT

PH ZH

Planungshilfen Gesundheitsförderung und Prävention

Die [Planungshilfen der Pädagogischen Hochschule Zürich](#) unterstützen Lehrpersonen und Schulleitungen bei der Planung und Umsetzung von lehrplanbasierter Gesundheitsförderung und Prävention im Unterricht. Damit kann ein nachhaltiger Beitrag zur körperlichen und psychischen Gesundheit der Schülerinnen und Schüler geleistet werden. Die Plattform zeigt Ausschnitte des Lehrplans, die für dieses Anliegen von Bedeutung sind, und stellt die Bezüge zur Gesundheit her. Sie zeigt konkrete Handlungsansätze und listet Lehrmittel und Unterrichtshilfen auf. Zurzeit befindet sich die Plattform im Aufbau. Einige Abschnitte sind erst zum Teil fertig gestellt und werden in den kommenden Monaten laufend ergänzt.

ANGEBOT


Quelle: Konflikt-Karten

Konflikt-Karten für den Führungsalltag

Inspirierende Gedanken auf dem Weg zu kreativen Lösungen: Zwölf Konflikt-Karten des [Instituts für Weiterbildung und Medienbildung](#) der PH Bern sollen Schulleitende und weitere Führungspersonen zum Nachdenken und Handeln anregen. Die Karten beinhalten Lebensweisheiten, erfrischende Illustrationen sowie anregende Erkenntnisse aus der Konflikttheorie. Die Inhalte sollen dabei unterstützen, den Blick weg von Problemen und Schwierigkeiten auf Lösungsmöglichkeiten und Chancen zu lenken. Die Karten sind [online](#) abrufbar.

ANGEBOT


Spielweg St. Gallen

Weitsprung beim Naturmuseum? Hüpfen im Dohlegässli? Wassertragen beim Volksbad? Mühlespiel auf dem Spelterini-Schulhausplatz? Versteckis im Bernegg-Wald? Verteilt über die ganze Stadt kann an über 60 Orten gespielt und so die Stadt erkundet werden. Zum nächsten Spielort gelangt man zu Fuss oder mit dem ÖV. Alle Spielorte des Spielwegs und die städtischen Spielplätze sind dank der Spielwegkarte leicht zu finden. Diese gibt es auch digital auf www.spielweg.ch, wo auch bis zu 10 Spiele pro Posten abrufbar sind. Einen Spaziergang durch die Stadt machen und selber wählen, welche Spiele Spass machen – dort verweilen und die Zeit geniessen!

ANGEBOT


FREELANCE

Wie viel ist zu viel? – Dialogwoche Alkohol 2019

Vom 16. bis 26. Mai 2019 findet die nächste Dialogwoche Alkohol unter dem Motto «[Wie viel ist zu viel?](#)» statt. Sie wird vom Fachverband Sucht koordiniert und hat zum Ziel, den Dialog rund um das Thema Alkohol in der breiten Bevölkerung anzuregen, auch in Schulen. Dazu finden Sie [Unterrichtsmaterialien](#) und [Unterlagen mit Präventionsbotschaften](#)

INFO

Bundesamt für Statistik

Schweizerische Gesundheitsbefragung 2017

2017 fühlten sich 85% der Schweizer Bevölkerung ab 15 Jahren gesund. 27% sind Raucherinnen oder Raucher. Dies sind zwar weniger als 1992, aber gleich viel wie 2007. Die Quote ist somit seit 10 Jahren stabil. Vier von fünf Personen trinken Alkohol, jede zehnte täglich. Die Zahlen der Übergewichtigen und Adipösen haben sich bei 42% stabilisiert. Dies sind die wichtigsten Ergebnisse der sechsten «Schweizerischen Gesundheitsbefragung» des Bundesamts für Statistik (BFS) aus dem Jahr 2017.

INFO



SUCHT | SCHWEIZ

Suchtmittelkonsum – Was gefährdet Jugendliche, was schützt sie?

Nicht alle Jugendlichen sind gleich gefährdet, Suchtmittel zu konsumieren und Probleme zu entwickeln. Jugendliche, welche Schulprobleme oder ein tiefes Selbstwertgefühl haben und familiär vorbelastet sind, tragen höhere Risiken. Sucht Schweiz hat die [Risiko- und Schutzfaktoren](#) zusammengestellt. Familie und Schule beeinflussen die Entwicklung im Jugendalter in positiver oder negativer Hinsicht zentral. Dazu finden Sie den Beitrag «[Chancengleichheit](#)» im SuchtMagazin 05/2018.

INFO

feel-ok.ch

Häusliche Gewalt

Zum Thema «Häusliche Gewalt» sind bei [feel-ok.ch](#) in den beiden Sektionen Jugendliche und Lehrpersonen neu [Materialien](#) für Jugendliche und [Arbeitsblätter](#) für Lehrpersonen online verfügbar. Verantwortlich für die Inhalte ist [Kinderschutz Schweiz](#). Das Projekt wurde mit der Unterstützung der [Oak Foundation](#) ermöglicht.

INFO



«Ideen von starken Kindern für starke Eltern»

Erziehung ist eine echte Herausforderung. Wer ist im Umgang mit Kindern nicht schon an seine eigenen Grenzen gestossen? Wir alle sind nicht jeden Tag gleich geduldig. Stress im Alltag, Geldsorgen, Probleme im Geschäft oder in der Partnerschaft belasten Eltern. Und dann noch ein Kind, das nicht das macht, was man will. Unter dem Titel «Ideen von starken Kindern für starke Eltern – Es gibt immer eine Alternative zur Gewalt» greift [Kinderschutz Schweiz](#) zusammen mit Kindern solche Alltagssituationen auf und lässt dazu in einem [Film](#) die Kinder selbst zu Wort kommen.

INFO

Suizidgedanken und Suizidalität

Interviews von Jugendlichen zur Thematik «Suizidalität» zeigen, wie junge Menschen einem Freund oder einer Freundin beistehen können, denn nur nichts tun wäre falsch.

INFO

Impulskarten Trauerarbeit

In unserer Gesellschaft wird der Tod tabuisiert, die Unsicherheit im Umgang mit Trauer und Trauernden ist gross, oft fühlen sich Betroffene in ihrer Situation alleingelassen. Dieses Arbeitsmaterial, bestehend aus symbolträchtigen Fotos und inspirierenden Texten, wurde für Personen entwickelt, die trauernde Menschen, auch im Schulkontext, begleiten. Sie helfen Antworten auf Fragen zu finden, die mit dem Verlust eines geliebten Menschen einhergehen.

[Trauerarbeit Impulskarten](#), Beate Alefeld-Gerges, Don Bosco Verlag München.

INFO

Flucht und Trauma

Kinder und Jugendliche mit Fluchterfahrung sind überdurchschnittlich häufig von Traumatisierung betroffen. Was ist ein Trauma und wie kommt es dazu? Wie äussert sich eine Traumafolgestörung? Welches sind sinnvolle Interventionen, wenn sich die Traumatisierung durch auffälliges Verhalten bemerkbar macht? Die Arbeitsgruppe Kind und Trauma hat in Zusammenarbeit mit [INEGRAS](#) (Fachverband für Sozial- und Sonderpädagogik), mit [CURAVIVA Schweiz](#) und mit [PACH](#) (Pflege- und Adoptivkinder Schweiz) eine [Broschüre](#) für sozialpädagogische Institutionen und Pflegefamilien erarbeitet, die auch für Lehrpersonen hilfreich sein kann.

ANGEBOT

Partizipation durch Kinder- und Jugendladio in der Schule

Der [Radiobus der Stiftung Kinderdorf Pestalozzi](#) macht bei Ihrer Schule Halt, erarbeitet und publiziert zusammen mit Ihrer Klasse eigene Sendungen. Aktuelles aus dem Quartier? Ausgrenzung und Diskriminierung im eigenen sozialen Umfeld? Das alles kann ins Zentrum gerückt werden. Durch Reflexion werden die eigenen sowie professionelle Medienproduktionen kritisch beurteilt, verarbeitet und vertieft.

AGENDA

17. Januar 2019
23. Februar 2019

Nationale Gesundheitsförderungs-Konferenz 2019, Bern, [Info](#)
Fachtagung «Frühe Förderung», Rorschach, [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