

LSR Steiermark
Gesundheitsförderung
2010/11

**ProjektberaterInnen für
Gesundheitsförderung**

ProjektberaterInnen für Gesundheitsförderung 2010/11

- **43 ProjektberaterInnen, erste Master – Absolventinnen darunter**
- **Stundenpensum mit viel Engagement erfüllt**
- **Evaluationsbögen NEU - intensiv überarbeitet**
- **Einreichung über Dienstweg – Kontrolle durch BSI**
- **Umfangreiche Evaluation BSI-Tagung Jänner 2012**
- **Umstrukturierung geplant (Master)**

Bewegung

- **Nordic Walking Kurse für LL und Sch**
- **Bewegungspyramide**
- **Vorträge**
- **Fitnessstraining für LehrerInnen**
- **Bewegter Unterricht/bewegte Pause**
- **FIT – Fitness – Intelligenz – Teamarbeit**
- **Fit in den Frühling**

Ernährung

- **Kartoffel, Mais und Paprika waren nicht schon immer da**
- **Brainfood**
- **Fastenjause**
- **Geschmacksschulung**
- **Frühstück für alle**
- **Brötchenbackkurs für LehrerInnen**
- **Milchlehrpfad**

Psychosoziale Gesundheit

- **Schätze – Wertschätzung**
- **Selbstwertstärkung**
- **Teambuilding / Sozialverhalten**
- **Wohlbefinden**
- **Encouraging – Ermutigung tut gut**
- **Nonverbale und verbale Kommunikation**
- **Jahresprojekt Glück / Glückstage**

Gewaltprävention

- **Cybermobbing (!) nach Vortrag Hr. Strassegger**
- **Mediation**
- **Mobbing**
- **Vorbildfunktion und Eingreifen der LehrerInnen**
- **Lärm macht aggressiv**
- **Gewaltprävention durch Dramapädagogik**
- **Richtiger Umgang miteinander vermeidet Gewalt**

Suchtprävention

- **E.l.o.s. Bücherkoffer**
- **Spielsucht (Computer / Internet)**
- **Suchtverhalten (Alkohol und Jugendschutz)**
- **Becher der Sucht – was macht mich unglücklich?**
- **Sucht und Gruppendruck**
- **Workshop Suchtmittelmissbrauch**
- **Anschaffung von Suchtkoffern**

Stressmanagement

- **Stressabbau durch Bewegung**
- **Mentaltraining**
- **Umgang mit Stress**
- **Burn Out Prävention**
- **Kraft und Energie**
- **Kinder - Yoga**
- **Entspannung durch Phantasiereisen**

Sicherheit

- **Aktion Kinderpolizei**
- **Erste Hilfe Kurs**
- **Krisenintervention**
- **Kindersicherheitswoche, -olympiade**
- **Sicher unterwegs**
- **Kletter – Trainer**
- **Selbstverteidigungskurs**