

**INHALTSVERZEICHNIS:**

- **Schulklima** -1-
...der geheime Gesundheitsfaktor
- **2 Projekte konkret** -2-
...Tipps und Tricks von der HS/RS Peter Rosegger und der PTS Mürzzuschlag ...mit CEDOS zu einer barrierefreien Schule
- **Blitzlichter** -3-5-
...aus den Schulen

EDITORIAL:

Dieses Schuljahr stand ganz im Zeichen des positiven Schulklimas. Ein besonderes Augenmerk wurde dabei auf die Elterneinbindung gelegt. In unseren 44 Partnerschulen wurden wieder zahlreiche tolle und erfolgreiche Ideen und Maßnahmen umgesetzt. Dass das Interesse an „Gesunde Schule, bewegtes Leben“ nicht abreißt, zeigt die große Anzahl an neugierigen Schulen. Wir wünschen den Projektteams in unseren Partnerschulen noch viel Energie für die letzten Schulwochen und eine erholsame Sommerpause. Die haben sie sich wirklich verdient!

**Viel Spaß
beim Lesen!**



Mag.^a (FH) Verena Krammer & Corinna-Maria Schaffer, BA
SERVICE STELLE SCHULE Steiermark
schule@stgkk.at
www.stgkk.at/sqf

Herausgeber:
Steiermärkische
Gebietskrankenkasse,
Josef-Pongratz-Platz 1
8010 Graz
Gesundheitsförderung & Public Health



STEIERMÄRKISCHE
GEBIETSKRANKENKASSE

Gestaltung & Produktion:
Corinna-Maria Schaffer, BA
Tina Stifter
www.stgkk.at/sqf

Newsletter

Schulklima

...der geheime Gesundheitsfaktor

Soziale Netzwerke, zu denen auch das Schulklima zählt, haben einen wesentlichen Einfluss auf die Gesundheit. Aber warum hat das Schulklima so eine große Bedeutung und was kann man als Schule dazu beitragen?

Das Schulklima ist ein Kennzeichen für die Strukturen, Prozesse und sozialen Beziehungen zwischen SchülerInnen, LehrerInnen und Eltern innerhalb einer Schule. Aus diesem Grund wird es auch als spezielle **Kultur des Arbeitens und des Zusammenlebens** bezeichnet (Aregger & Lattmann, 2003).

Der Nutzen: Das Schulklima nimmt großen Einfluss auf die **Gesundheit**, das **Wohlbefinden** und die **Zufriedenheit** der SchülerInnen, LehrerInnen und Eltern. Denn nur bei guter Gesundheit ist es für die SchülerInnen und LehrerInnen möglich, ihre **Leistungspotentiale** vollkommen auszuschöpfen.

Einflussfaktoren auf das Schulklima (Dür, 2008; Aregger & Lattmann, 2003):

- Einbindung der SchülerInnen in die schulischen Aktivitäten und Mitbestimmungsrecht
- Integration der SchülerInnen in die Klassen- und Schulgemeinschaft
- Beziehungen und Zusammenarbeit zwischen SchülerInnen, LehrerInnen und Eltern
- Einsatz von Lob, Belohnung und Anerkennung
- LehrerInnen als Vorbilder und Bezugspersonen
- Führungsstil

Aber Vorsicht! Ein **negatives Klima** führt zu Unwohlsein, Unzufriedenheit und schlechter Stimmung innerhalb der Schule. Daraus entwickelt sich oftmals ein mangelndes Vertrauensverhältnis zwischen SchülerInnen und LehrerInnen sowie gewalttägliches Verhalten. Nicht zu unterschätzen ist der belegte negative Einfluss auf den Tabak- und Alkoholkonsum!

Welche Handlungsmöglichkeiten für ein positives Schulklima gibt es?

Die Schule kann etwa den Anfang und das Ende des Schuljahres bewusst gestalten, sich jährlich ein Jahresmotto überlegen oder die Schulregeln partizipativ mit SchülerInnen und Eltern erarbeiten. Schulanlässe und Projekte bieten gute Möglichkeiten, neben den SchülerInnen und LehrerInnen auch die Eltern in den Schulalltag zu integrieren. Aber auch unter den LehrerInnen soll es eigene Rituale wie etwa Geburtstagsfeiern und Zeit für außerschulische Anlässe geben. Zusätzlich kann eine Erhebung des Schul- und Teamklimas oft wertvolle Hinweise zur Teamentwicklung an einer Schule geben (Brägger & Posse, 2007).

Das Schulklima ist ein unverzichtbares Handlungsfeld in der Schulischen Gesundheitsförderung. Ganz nach dem Motto „Nur gemeinsam sind wir stark“ versuchen auch wir in der Steiermärkischen Gebietskrankenkasse das Klima in unseren Partnerschulen zu fördern!

Tipps und Tricks für ein gutes Schulklima

ZWEI SCHULEN AUS MÜRZZUSCHLAG ZEIGEN WIE ES GEHT!

In der **HS/RS Peter Rosegger** wurde gemeinsam mit der **ARGE Jugend gegen Gewalt und Rassismus** das Handlungsfeld „**Klassen- und Schulklima**“ in mehreren Tagen tatkräftig in Angriff genommen. Da gab es **Outdoortrainings** zur Stärkung der Klassengemeinschaft und Trainings zur Auseinandersetzung mit dem eigenen Konfliktverhalten. Auch eine Antwort auf die Frage „Was ist eine **gesunde Streitkultur?**“ wurde gefunden.



Das Klassen- und Schulklima stand auch in der **PTS Mürzzuschlag** in diesem Schuljahr auf der Tagesordnung. Zu Schulbeginn wurden die altbewährten **Kennenlertage** durchgeführt. Eine besondere Herausforderung: die erfolgreiche **Integration** von SchülerInnen mit nichtdeutscher Muttersprache. Der **Multikulti-Tag** für SchülerInnen, LehrerInnen, Eltern und FreundInnen zeigte interessante Einblicke in die verschiedenen Nationalitäten und Kulturen der SchülerInnen. Außerdem wurde ein Fußballturnier mit gemischten Teams veranstaltet. Ein Highlight war das Projekt „**Schule ohne Rassismus**“ nach einem Konzept der Schülerin Anja Schwarzbauer in Kooperation mit der **ARGE Jugend gegen Gewalt und Rassismus** basierend auf den Grundsätzen der Partizipation und des Empowerments. Denn die kulturellen Unterschiede sind das Besondere, was diese Schule verbindet!



Die Beispiele zeigen, wie mit oftmals einfachen Projekten oder Veranstaltungen ein gutes Klassen- und Schulklima gefördert werden kann. Mit solchen tollen Ideen und Aktivitäten steht einem positiven Klima in unseren Partnerschulen zu Gunsten des Wohlbefindens der SchülerInnen und der LehrerInnen nichts mehr im Weg!

VERANSTALTUNGSHINWEISE

24. September 2010

„Der lange Tag der Bewegung“ am Grazer Hauptplatz – ganztägiges Aktivprogramm für Jung und Alt.

14. Oktober 2010

Informationsveranstaltung für STGKK-Partnerschulen ab dem 2. Netzwerk-Jahr im Schloss St. Martin. Einladung und Details zur Veranstaltung folgen zeitgerecht per E-Mail.

17. November 2010

Ziele- und Planungsworkshop für alle neuen Partnerschulen im Schloss St. Martin. Einladung und Details zur Veranstaltung folgen zeitgerecht per E-Mail.

ZUM NACHLESEN

Werner Wicki & Titus Bürgisser (2008): **Praxishandbuch Gesunde Schule. Gesundheitsförderung verstehen, planen und umsetzen.** Wien: Haupt Verlag.

Elmar Philipp (2006): **Teamentwicklung in der Schule. Konzepte und Methoden.** Weinheim und Basel: Beltz Verlag.

Schule für alle

MIT CEDOS BARRIEREFREIHEIT BERÜHRUNGSÄNGSTE AB- UND SOZIAL- KOMPETENZ AUFBAUEN



„Barrierefreiheit beginnt im Kopf und bietet Lebensqualität für alle“, davon ist das CEDOS-Team überzeugt. Mehr als die Hälfte der MitarbeiterInnen bei CEDOS haben selbst eine Behinderung und wissen genau, worauf es für Menschen mit Behinderung im Alltag ankommt.

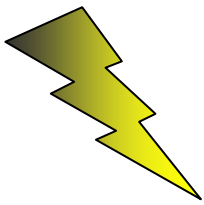
WORKSHOPS FÜR SCHULEN:

- SchülerInnen und LehrerInnen spüren, dass es Freude macht, von Menschen mit Behinderung mehr zu erfahren.
- Sie lernen ohne Druck, wie sie sich sowohl im Schulalltag als auch im späteren Leben in der **Begegnung mit behinderten Menschen** ungezwungen verhalten können.
- Durch **praktische Übungen** werden SchülerInnen nicht nur für verschiedene Zielgruppen sensibilisiert, sondern auch in ihrer Gemeinschaft gestärkt.
- **Teambuilding:** Aufgaben tragen zum „Wir-Gefühl“ in der Klassengemeinschaft und zu erhöhter psychosozialer Gesundheit bei.

Schulen werden vom CEDOS-Team gerne mit lebendigen und individuellen **Workshops** und **Vorträgen** sowie bei der **Durchführung von Projekten zum Thema Behinderung und Barrierefreiheit** unterstützt!

Kontakt & Information atempo CEDOS

Mag.^a (FH) Karoline Krauland (0316 / 81 47 123)
karoline.krauland@cedos.at, www.cedos.at



Blitzlichter aus den Schulen

Wir fördern Gesundheit!



■ Vieles hat die **HRS Arnfels** geschafft, was den Schulalltag bereichert: Von A wie Apfelpause bis Z wie Zusammenhalten. Die gesunde Jause, die aktive Pause, ein erweitertes Sportangebot wie Mädchenfußball und Tennis, die Ernährungsberatung, das GO!-Projekt, die Suchtprävention, die Aktivtage und vieles mehr sind für die Schule zur Selbstverständlichkeit geworden.



■ Das **BG/BRG & MG Dreihackengasse** aus Graz verbrachte einen sportlichen Tag am Gaberl. Dort hatten die rund 700 SchülerInnen viel Spaß beim Schifahren, Snowboarden, Langlaufen, Rodeln sowie bei einer Pferdeschlittensfahrt, einer Winter- oder einer Schneeschuhwanderung. Sogar ein Hundeschlittengespann war vor Ort. Die Kreativität war dann beim ✓✓✓-**Airjump** (Dreiha(c)ken) gefragt!



■ In der **HS Deutsch Goritz** nahmen im heurigen Schuljahr die SchülerInnen am Test „Check your LimitZ“ vom ASKÖ teil. Dabei waren Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit, Kraft und Koordination gefordert!



■ SchülerInnen der 3. und 4. Klassen der **HLW Feldbach** absolvierten erfolgreich den Retterschein im Schwimmen. Die 2. Klassen schlossen die Ausbildung zum Helferschein ab. Nicht nur das Retten einer verunfallten Person wurde erlernt. Auch die Kenntnis der Selbstrettung stand im Vordergrund. Weiters absolvierten SchülerInnen die Ausbildung zum "Cardio Instructor".



■ Mit den SchülerInnen der **HS Grafendorf** wurde das Projekt „Es war ja eh nur Spaß“ nach dem Grundsatz der Partizipation erarbeitet. Ziel war es, sie mit dem Problemfeld Mobbing zu konfrontieren und den richtigen Umgang damit zu lernen. Zur Förderung des Schulklimas wurden neben den LehrerInnen auch die Eltern in diesen Themenbereich eingebunden.



■ Für die 3. Klassen der **BAKIP Graz** fanden im April Workshops zum Thema „Yoga und Entspannung für Kinder“ statt. Neben der Anwendung verschiedener Übungen in ihrer Arbeit im Kindergarten lernten die SchülerInnen, wie sie Yoga in ihren eigenen Alltag integrieren können.



■ „Vorbeugen ist besser als heilen“ ist ein Langzeitprojekt der **NMS Graz-St. Leonhard**. Die gesamte Schulgemeinschaft ist daran beteiligt und jede Schulstufe hat ein eigenes Thema. Die Förderung der Lebenskompetenzen wie Selbstwert und Selbstbewusstsein, Kommunikation, Konfliktfähigkeit, Gefühls- und Körperwahrnehmung sowie Genussfähigkeit stehen im Vordergrund. Die gemeinsame Pause mit gesunder Jause wird täglich ausgiebig genossen.



■ Für die **NMS Graz-St. Peter** gab es einen Workshop zum Thema "Grenzen überschreiten" im Retzhof. Dabei stand die psychische Gesundheit der SchülerInnen im Vordergrund. Bei einem mentalen Training wurden die eigenen Grenzen ausgelotet und die Teamarbeit gestärkt. Ein wichtiger Beitrag zu einem guten Schul- und Klassenklima!



Wir fördern Gesundheit!

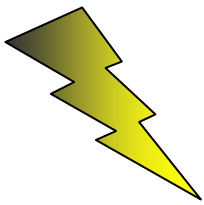


Wir fördern Gesundheit!



Wir fördern Gesundheit!





Blitzlichter aus den Schulen

Wir fördern Gesundheit!



Ein wichtiges Anliegen der **HRS Heiligenkreuz am Waasen** im heurigen Schuljahr war es, die „Qualität von Stille“ zu fördern. Dazu gab es einen Aktionstag zum Thema „Lärm“ mit zahlreichen Experimenten, die die schwerwiegenden Folgen der großen Lärmbelastung in der Schule, in der Umwelt und in der Freizeit bewusst machten. Das brachte die SchülerInnen zum Staunen!



Fleißig wie die Bienen arbeiteten die SchülerInnen der **HS Hitzendorf** an ihrem Bienenprojekt und betreuten mit viel Umsicht und erworbenem Fachwissen ihr Bienenvolk. In der letzten Schulwoche gibt es ein Bienenfest, bei dem der selbst geschleuderte Honig verkostet wird. Außerdem bauten SchülerInnen Sitzbänke und Hocker für den Außenbereich, damit der Unterricht bei Schönwetter auch im Freien stattfinden kann. So macht Lernen richtig Spaß!



Seit fünf Jahren gibt es an der **HS ILZ** eine eigene Schulband. Die 3. Generation "New Soul" hatte am 20. Mai im Kulturhaus eine großartige Präsentation ihrer gerade fertig gestellten CD. Darauf befinden sich sogar vier eigene Kompositionen. Auch die Eltern halfen im Sinne der aktiven Elterneinbindung bei diesem Event tatkräftig mit.



Die **HS Kirchbach** hat sich für dieses Schuljahr vorgenommen, ein vermehrtes Augenmerk auf die psychosoziale Gesundheit ihrer SchülerInnen zu legen. So wurden Workshops vom Frauengesundheitszentrum Graz zum Thema „Ganz schön ich“ und von der Männerberatung Graz „Männerkörper in Balance“ durchgeführt. Highlights im Bewegungsprogramm: der neue Basketballkorb sowie der Tischtennistisch.



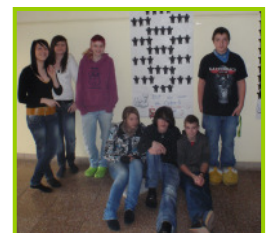
Wie schon im vergangenen Jahr nehmen auch in diesem Schuljahr alle SchülerInnen der **PTS Köflach** am Lipizzanerheimatlauf in Piber teil. Schon seit einigen Wochen wird dafür fleißig trainiert. Um den Jugendlichen mit gutem Vorbild voranzugehen, wird beim Lipizzanerheimatlauf ein PTS-LehrerInnenteam in der Staffel mitlaufen.



In der **HRS Laßnitzhöhe** fand ein Vortrag zum Thema: "Pubertät als Wendepunkt - Loslassen und Halt geben" von Ermutigungstrainerin Soheyla Warnung statt. An diesem Abend gab sie Brauchbares aus ihrem reichhaltigen Erfahrungsschatz weiter und machte Mut für den zwanglosen Umgang mit jungen Menschen.



In der **HRS Mürzzuschlag** beschäftigten sich die SchülerInnen im Rahmen der Gesundheitsprojektwoche mit dem Thema „Jugend-Sucht-Hilfe“. Dabei wurden Bereiche wie „Jugend und Drogen“, „Jugend und Nikotin“ oder „Jugend und Autoaggression“ bearbeitet.



Wir fördern Gesundheit!

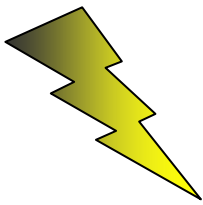


Wir fördern Gesundheit!



Wir fördern Gesundheit!





Blitzlichter aus den Schulen

Wir fördern Gesundheit!



■ In der **PTS Mürzzuschlag** gilt „Was ich esse und trinke bin ich. Dadurch fühle ich mich wohl“. Im Rahmen dieses Projektes wurde das Coca Cola aus dem Getränkeautomaten entfernt. Außerdem gibt es einen neuen Automaten, der mit Heißgetränken gefüllt ist. Zusätzlich ist in diesem Schuljahr ein Frühstücksangebot vorhanden. Auf diese Weise wird das Gesundheitsbewusstsein der SchülerInnen gefördert.



■ Teamarbeit wird in der **PTS Pischelsdorf** groß geschrieben. Die zukünftigen Lehrlinge nahmen wie jedes Jahr mit viel Begeisterung am Frühjahrsputz teil. Außerdem konnte die Fußballmannschaft wiederum einen Sieg gegen die PTS Friedberg erzielen und befindet sich nun im Viertelfinale der Landesmeisterschaft auf dem Großfeld. Denn nur gemeinsam ist man stark!



■ Auf die wöchentliche gesunde Jause, die jeweils von einer SchülerInnengruppe bereitet wird, freuen sich SchülerInnen und LehrerInnen der **HS St. Georgen an der Stiefing** gleichermaßen. Außerdem haben alle SchülerInnen einen eigenen, selbst gestalteten Trinkbecher in der Klasse, um im Unterricht jederzeit Wasser trinken zu können. Denn: „Mehr trinken, besser denken“ ist das Motto!



■ In der **HS St. Peter am Ottersbach** wurde von den SchülerInnen der "Gesundheitstipp des Monats" erarbeitet und im Informatikunterricht als Plakat gestaltet. Die "Top News" beim Info-Stand geben Auskunft über die laufenden Geschehnisse. Außerdem wurde die Gesundheit der Mädchen und Jungen durch die Workshops "Ganz schön ich" und "Männerkörper in Balance" des Frauengesundheitszentrums und der Männerberatung thematisiert.



■ Einiges hat sich getan am **BG & BRG Seebacher**. Umweltbewusste Alltags- und Freizeitmobilität, das Verkehrsschlangenspiel oder die Teilnahme am Wettbewerb „ECO-TRIP“ waren Thema. Eine Gruppe errang bei diesem Wettbewerb sogar österreichweit den 2. Platz! Weiters nahmen zahlreiche Jugendliche am SchülerInnenkongress für Psychiatrie in Gmunden zum Thema „Suizidales Verhalten“ teil.



■ In der **HS Sinabelkirchen** gab es heuer für alle LehrerInnen eine Fortbildung zum Thema „Konflikt- und Gewaltprävention“. Das erste Semester diente auch der Vorbereitung für das Großprojekt „Fair streiten“: Wichtige KooperationspartnerInnen der Schule wurden über dieses Projekt informiert. Für alle SchülerInnen der dritten Klassen gab es einen Workshop mit dem Frauengesundheitszentrum und der Männerberatung Graz. Auch die LehrerInnen kamen dabei nicht zu kurz!



■ Fußball hält die Mädchen der **HS Straden** fit! Insgesamt 60 Prozent der Schülerinnen haben am Projekt „Mädchenfußball“ teilgenommen und mit vier Mannschaften bei zahlreichen Bewerben mitgespielt. Neben den sportlichen Zielen und der Verbesserung der körperlichen Fitness wurden vor allem auch folgende soziale Ziele verfolgt: neue Freundschaften schließen, Teamfähigkeit steigern, Freude am Erfolg haben, aber auch mit Niederlagen umgehen lernen.



Wir fördern Gesundheit!



Wir fördern Gesundheit!



Wir fördern Gesundheit!

