

Das Leben findet *jetzt* statt!

Gesundheitsförderung im Schulalltag

- Vorstellung Schule Petermoos Buchs
- GF-Strukturen in der Schule
- Besondere Situation der Lehrperson
- Gelingensbedingungen
- Fragen

wiederkehr@praevention-zu.ch

fschellenbaum@petermoos.ch

Gesundheitsförderung Petermoos

- Schule Petermoos
- System Gesundheitsförderung
 - Schulprogramm/Stoffplan
 - Projekte Xundi Schuel
 - SchülerInnenparlament
 - Lehrpersonen
 - Personenabhängige Projekte

Schule Petermoos

The background image shows the Schule Petermoos building, a multi-story structure with a light-colored facade and red accents, situated on a grassy hillside. In the foreground, there is a large green field. The background features rolling hills and mountains under a clear sky.

- Agglomeration
- 300 Schülerinnen und Schüler
- Gegliederte Sekundarschule mit F/M im Niveau
- 40 Lehrpersonen
- SSA
- Netzwerkschule seit 1998
- Kooperationsschule phzh

Eine gesundheitsfördernde Schule

.... ist eine Schule, die klare
Grundsätze

Strukturen,

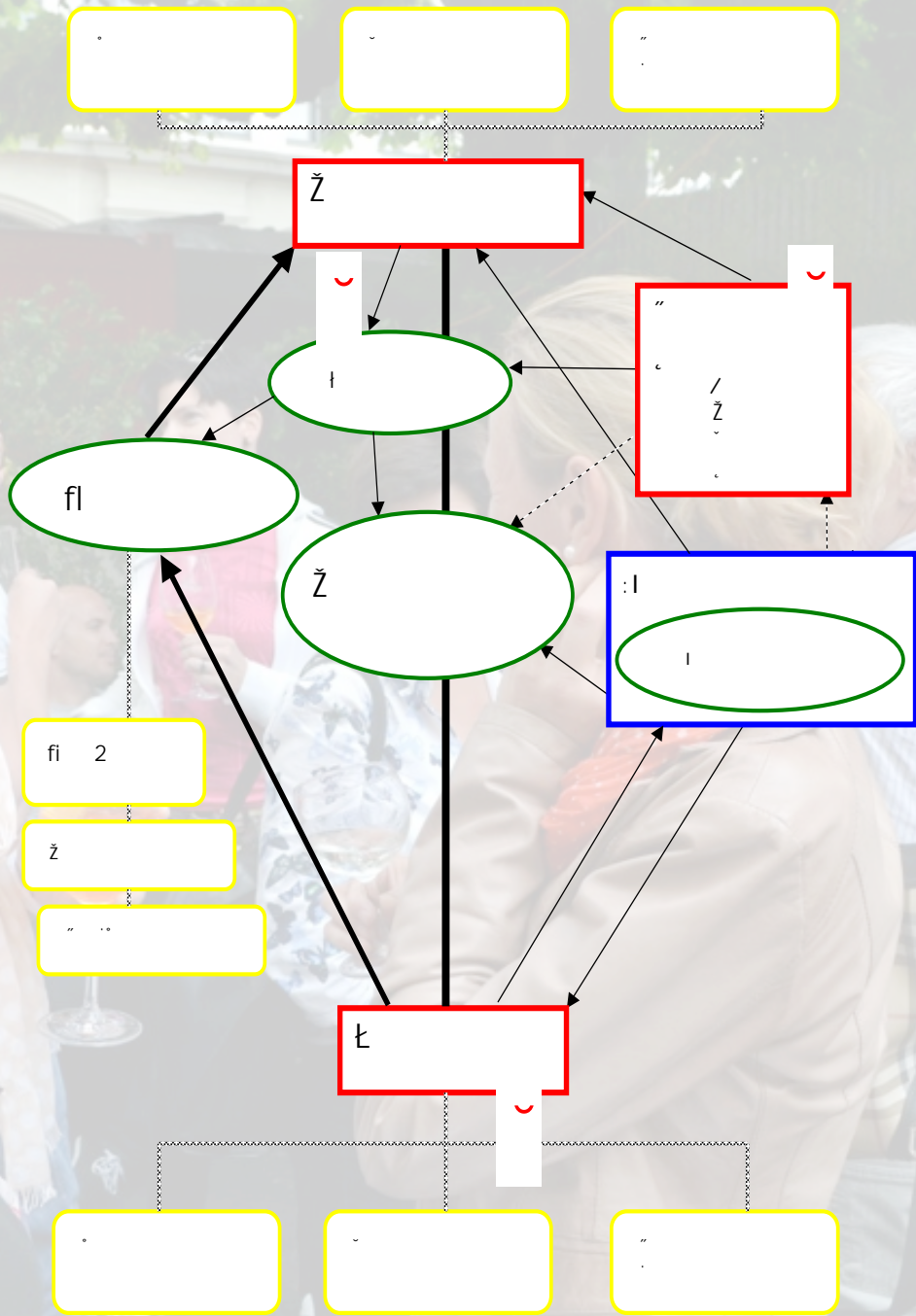
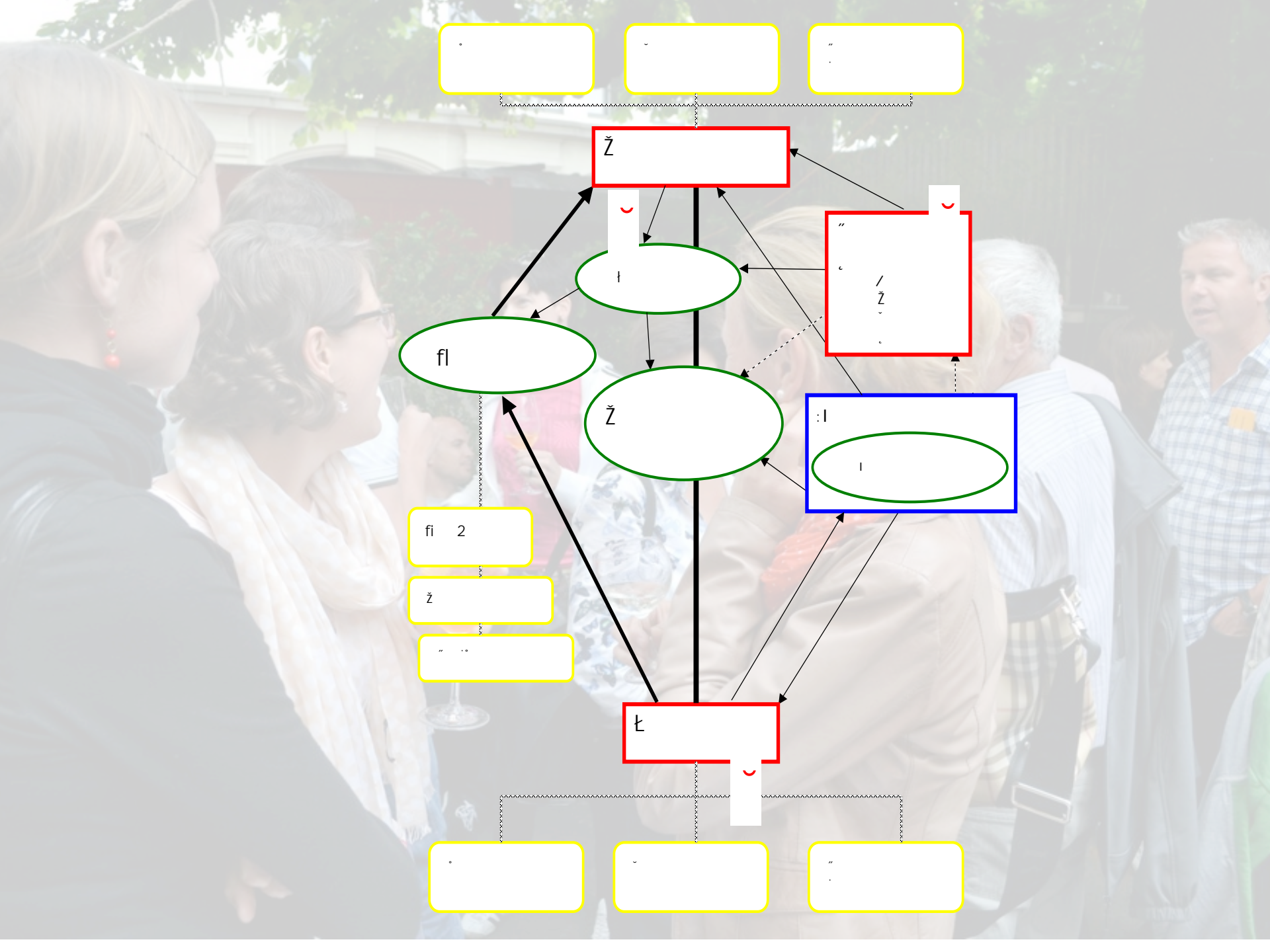
Gefässe,

Programme,

Aktivitäten

besitzt, um die Gesundheit ihrer Schülerinnen,
Lehrpersonen und anderen an der Schule
Beteiligten zu schützen und zu fördern.

(Rowling, L. (1996))



fi 2

ž

" "

In Schulprogramm/Stoffplan verankerte Aktivitäten

- Schulentwicklung: Begleitung in gesundheitsrelevanten Fragen
- MAB/MAG
- Pausenkiosk als Wahlfach
- Gender/Sexualität über drei Jahre
- Suchtprävention
- SSA
- Klassenrat
- Coachinggespräch
- Vernetzung mit Sozialdiensten Schule/Gemeinden
- Umwelteinsatzlager 3. Klassen

SchülerInnenparlament

- Sommernacht
- Valentinstag
- Samichlaus
- Casting für Show PPP
- Jöggelikasten Pausenhalle
- Pausenradio
- **Pausenplatzgestaltung**
- Anfragen an LehrerInnenkonferenz (zB Monitor)
- **Vernehmlassungen** (zB Pausenregelung)



Für Lehrpersonen

- Finanzielle Beteiligung an Teamweekends
- Kulturteil bei Weiterbildungsveranstaltungen
- Schulfeste (Maibowle, Uusplampete etc.)
- LehrerInnenzimmerordnung
- Belastungsabklärung bei LP

Personenabhängige Aktivitäten

- Experiment Nichtraucher
- Bike to school
- Pemoband
- Pausenplatzgestaltung
- Dekoration LehrerInnenzimmer
- Sport über Mittag
- Wahl-/Freifächer Sport und Kultur
- Wintersportlager
- Pemo Männertörn
- PemoTrophy



Gelingsbedingungen seitens der Schule

- Proaktive Schulentwicklung (agieren statt reagieren)
- Gesundheitsförderung ist in die Schul- und Qualitätsentwicklung integriert (Schulprogramm / Leitbild)
- Definitiver Auftrag für Gesundheitsförderung (Schulbehörde und Schulleitung) d.h. auch Ressourcen werden gesprochen
- Pflichtenheft für die Leitungsperson der AG (KLP) inkl. geklärte Entlastungsfrage
- In der AG sind möglichst alle Anspruchsgruppen vertreten (SL, LP, Eltern, SSA etc.)
- Bewusstsein aller an der Schule beteiligten für den persönlichen Einfluss auf eine gesundheitsfördernde Schulkultur

Stoffplan Lebenskunde/Suchtprävention

Umsetzung

1. Klasse			
Thema	Wer	Dauer	Unterrichtsmaterialien / Termine
Klassenklima / Klassensitzungen	Klassenlehrperson	<u>max</u> 1L	wöchentlich
Klassenklima	SSA oder KI-LP	mind. 2 L 1. Quartal	Gemeinsamkeiten, Ressourcen erkennen usw.
Wahlpflicht: Ausgrenzung, Mobbing, Gruppendruck, Gewalt, Erpressung	SSA	2-4 L 2. Quartal	
Auftrag an Klassen, Gruppen			
Erfahrungen ermöglichen Nachtwanderung, Klettern, Klassenlager, Fest, <u>Pemo Trophy</u>	Klasse /Jahrgang / Schulhaus		
Essgewohnheiten	Pausenkiosk, <u>Xundi Woche</u> , Lager usw		
Gender Kick off Selbstwertgefühl / Schönheitsideale	Jahrgang <u>Kn/Mä</u> JG-Team	4 L 3. Quartal	Ordner / Server <u>Abmachungen</u>
Schau genau / <u>Social Medias</u>	Polizei	1 L	SSA organisiert
Wasser trinken	<u>KI-Lp</u>	<u>ca</u> 1 L	Jede Teamleiterin hat einen Ordner mit Lektionen (2 Lektionen im Jahr) Abgabe von Wasserflaschen
Gesundheit	AG <u>Pemo Trophy</u>		<u>Pemo-Trophy</u> Eine Bewegungs- Aktion pro Jahr
Auftrag aus Wahlpflicht	SSA	<u>max</u> 1 L Ca 4.Quart	Auftrag überprüfen

Leitfaden für eine "Gesunde Schule"

Ebene Erwachsene



Wissen, Strukturen

Thema	Individuum	Kollegium / Team	Schule
gemeinsame Haltung gemeinsame Regeln Interventionsabläufe	Konzept für JunglehrerInnen- Integration, neue Lehrpersonen		Leitbild Hausordnung, 3 REM, Stufen- modell, Raucherbriefe, Stoffplan Lebenskunde/Suchtprävention AG "Xundi Schuel" Infrastruktur: Arbeitsplatzgestal- tung, Ruheraum Ablauf spetten, vikarisieren Vernetzung gegen aussen (Newsletter SL, E-Team) Infokonzept (NiK, Tafeln LZ)

Selbstkompetenz

Thema	Individuum	Kollegium / Team	Schule
persönliches Wohlbefinden	Jahresgespräche zielorientiert Individuelle Gespräche mit SL, SSA	Befindlichkeitsrunde Unterstützung von KollegInnen bei Burnout-Gefahr	Elemente der Personalentwick- lung Bornout-Prävention
Krisenintervention	LP, SL, SSA, SPD		
Ernährung	Wasserautomat, Früchte im LZ		

Leitfaden Gesunde Schule Erwachsene

Sozialkompetenz

Thema	Individuum	Kollegium / Team	Schule
gegenseitige Unterstützung	Göttisystem für neue Lehrpersonen	Kranksein soll möglich sein! Intervision, Supervision Teamsitzungen Rösli verteilen ins Fächli	Spetten und vikarisieren
soziales Netz Gemeinschaft pflegen		Weihnachtsessen, Maibowle, Sport über Mittag, gemeinsames Mittagessen	
Integration Identifikation mit Schule			nützen von Fähigkeiten, nützen der Infrastruktur (Unterlagen von KollegInnen usw.)
Genderkompetenz	geschlechterbewusster Unterricht, verschiedene Sichtweisen als gleichwertig akzeptieren, Sorgfalt zur Sprache		

Ebene Wissen Strukturen – Angebot, Abläufe durch Schule, Institution

Ebene Selbstkompetenz – Nutzen von Angeboten, Verantwortung für sich selbst

Ebene Sozialkompetenz – Verantwortung gegenüber Drittpersonen

• Budget 2013

• **Aktivitäten**

• Elektronische Plattform (Internet)	Fr.	2200.00
• Limita (Sexuelle Gewalt)	Fr.	4800.00
• Lust und Frust	Fr.	2600.00
• Krisenintervention (Suizidprävention)	Fr.	2800.00

• LehrerInnen

• Beiträge zu Tagungen, Weiterbildung etc.	Fr.	1500.00
• Veranstaltung, Team (je Fr. 600.-/Jahr)	Fr.	1900.00
• Konto Verbrauch 211.310009	Fr.	15800.00

• **Unterhalt**

• Medikamente, Verbandszeug für Schulapotheken	Fr.	1500.00
• Wasserautomaten (Service, CO ₂)	Fr.	1500.00
• Wasserautomaten Leasing	Fr.	2900.00
• Konto Unterhalt 211.315005	Fr.	5900.00

• **Anschaffungen**

• Material	Fr.	200.00
• Unterrichtsmittel Gesundheitsförderung	Fr.	200.00
• Konto Anschaffungen 211.311005	Fr.	400.00

• **Total Ausgaben** **Fr. 22100.00**

• **Unterstützungsbeiträge**

• Suchtprävention ZH-Unterland (Je nach Projekt)	Fr.	1500.00
--	-----	---------

Themen an den Sitzungen XS Petermoos

- Belastungsabklärung
- Jubiläum Netzwerkschule Petermoos
- Vertretungen der Teams in XS
- Veranstaltungen Netzwerk
- Anbieter Social Medias
- SSA Vorschlag „Fairplayer“
- Einhaltung, Veränderungen Stoffplan GF/Prävention
- Budget 2014
- Rückmeldungen aus den Teams, SSA, E-Team
 - Evaluation Coaching-Gespräche, Lust&Frust
 - 1. Klass-Team macht Supervision
 - Eltern beklagen sich, ihren Kindern werde der Znüni weggefressen