



# Gesundheitsförderung in Volksschulen

## Dokumentation der Projektergebnisse im Schuljahr 2008/2009

Dieses Projekt wurde von der Oberösterreichischen Gebietskrankenkasse in Kooperation mit dem Landesschulrat für Oberösterreich durchgeführt.

Das Pilotprojekt wurde mit Unterstützung des Fonds Gesundes Österreich realisiert.

“Gesundheitsförderung zielt auf einen Prozess, allen Menschen ein höheres Maß an Selbstbestimmung über ihre Gesundheit zu ermöglichen und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen ...“

„Gesundheit wird von den Menschen in ihrer alltäglichen Umwelt geschaffen und gelebt; dort, wo sie spielen, lernen, arbeiten und lieben.“

(Zitate Ottawa Charta)

|          |   |               |
|----------|---|---------------|
| <b>1</b> | <b>AUSGANGSSITUATION</b> _____                            | <b>3</b>      |
| <b>2</b> | <b>PROJEKTINHALTE</b> _____                               | <b>3</b>      |
| <b>3</b> | <b>ANZAHL UND AUSWAHL DER PROJEKTSCHULEN</b> _____        | <b>3</b>      |
| <b>4</b> | <b>ZIELGRUPPE</b> _____                                   | <b>3</b>      |
| <b>5</b> | <b>PROJEKTZIELE</b> _____                                 | <b>4</b>      |
| 5.1      | Ziele auf Projektebene _____                              | 4             |
| 5.2      | Ziele auf Schul-, Klassen- und Kinderebene _____          | 4             |
| 5.3      | Ziel auf institutioneller Ebene _____                     | 4             |
| <b>6</b> | <b>ANGEBOTE UND BETREUUNG WÄHREND DES PROJEKTES</b> _____ | <b>4</b>      |
| 6.1      | Spezielle Angebote im Schuljahr 2008/2009 _____           | 4             |
| <b>7</b> | <b>ZEITPLAN DER PROJEKTINITIATIVE</b> _____               | <b>5</b>      |
| <b>8</b> | <b>PROJEKTSCHULEN 2008/2009</b> _____                     | <b>6</b>      |
| <b>9</b> | <b>PROJEKTBERICHTE 2008/2009</b> _____                    | <b>6 - 27</b> |

# 1 AUSGANGSSITUATION

Aufgrund vermehrter Anfragen von Schulen mit einem hohen Anteil an Kindern mit Migrationshintergrund und in Absprache mit dem Landesschulrat für Oberösterreich wurde von der Oberösterreichischen Gebietskrankenkasse das Projekt „Der kleine Mugg – mir & uns geht's gut“ entwickelt.

Im Schuljahr 2007/2008 haben 5 Volksschulen am Pilotprojekt (gefördert durch den Fonds Gesundes Österreich) teilgenommen und durch die Einbeziehung aller in den Schulalltag involvierter Personen (SchülerInnen, LehrerInnen, Eltern, sonstiges Schulpersonal) einen großen Schritt in Richtung gesundheitsfördernder Schule unternommen.

Infolge des großen Interesses wurde das Angebot im Schuljahr 2008/2009 fortgesetzt und um eine nachhaltige Einbindung von Gesundheitsförderung in den Schulen zu gewährleisten, ein Projektzeitraum von 3 Jahren konzipiert.

Das Projekt wurde mit dem "Gesundheitspreis der Stadt Linz" sowie mit dem "Vorsorgepreis 09" ausgezeichnet.

# 2 PROJEKTINHALTE

DirektorInnen und LehrerInnen von Schulen (insbesondere mit einer hohen Anzahl an Kindern mit Migrationshintergrund) wurden eingeladen, gemeinsam mit den SchülerInnen und deren Eltern Möglichkeiten einer gesundheitsfördernden Lebensgestaltung zu erarbeiten und Gesundheitsförderung im Setting Schule zu integrieren.

In allen Bereichen (Bewegung, Ernährung und Psychosoziale Gesundheit) wurden von den Schulen Maßnahmen der Gesundheitsförderung gesetzt.

Durch die Fortbildungsveranstaltungen wurden ein intensiver Austausch und eine Vernetzung unter den teilnehmenden Schulen ermöglicht.

# 3 ANZAHL UND AUSWAHL DER PROJEKTSCHULEN

Die Auswahl der Projektschulen erfolgte über den Landesschulrat für Oberösterreich anhand nachstehender Kriterien:

- Bedarf auf Grund der Erfahrungen des LSR über die Bezirksschulräte
- Volksschulen mit einer hohen Anzahl an Kindern mit Migrationshintergrund werden bevorzugt aufgenommen (zumindest 2 je Schuljahr)
- Ranking nach dem Zeitpunkt der Anfrage zur Teilnahme an der Projektinitiative

Die Anzahl der TeilnehmerInnen wurde mit sechs Schulen zum Einstieg in die Projektinitiative (erstes intensives Projektjahr) begrenzt.

Im Schuljahr 2008/2009 wurde dieses ganzheitliche Gesundheitsförderungsprojekt bereits auf 10 Volksschulen in Oberösterreich ausgeweitet. Insgesamt haben bisher 2.284 SchülerInnen an der Projektinitiative teilgenommen.

# 4 ZIELGRUPPE

- Kinder in Volksschulen (unter besonderer Berücksichtigung von Volksschulen mit einem hohem Migrationsanteil)
- LehrerInnen und DirektorInnen die in diesen Schulen unterrichten bzw. diese leiten sowie die Eltern dieser Kinder

## 5 PROJEKTZIELE

### 5.1 Ziele auf Projektebene

- Integration von Gesundheitsförderung in das Alltagsleben der Betroffenen (Verhältnisorientierung)
- Selbstaktivierung der Betroffenen im Sinne eines Kompetenzaufbaues (Verhaltensorientierung)
- Betreuungsleistungen von Seiten der OÖ GKK - Schul Service Stelle und des Landesschulrates für OÖ
- Niederschwelligkeit bei der Betreuung der Projektschulen
- Nachhaltigkeit durch mehrjährige (insgesamt drei Jahre) Betreuung
- LehrerInnen agieren als MultiplikatorInnen

### 5.2 Ziele auf Schul-, Klassen- und Kinderebene

- Sensibilisierung für Themen der Gesundheitsförderung auf allen Ebenen
- Der Zusammenhang von Wohlbefinden und Ernährung, Bewegung und Psychosozialer Gesundheit soll erkannt werden (Erleben – Wissen – Verstehen)
- Themen der Gesundheitsförderung werden in den Alltag der Schule integriert
- In der Klasse soll ein „abgeschwächter, kindgerechter“ Managementkreislauf mit Hilfe der entwickelten Produkte und Unterstützungsleistungen initiiert werden

### 5.3 Ziel auf institutioneller Ebene

Die Qualität der Schulischen Gesundheitsförderung entspricht den Anforderungen des Gütesiegels „Gesunde Schule OÖ“. Von der Erreichung der Voraussetzungen zur Zuerkennung des Gütesiegels nach Abschluss des Projektes ist wahrscheinlich auszugehen.

## 6 ANGEBOTE UND BETREUUNG WÄHREND DES PROJEKTES

Alle Schulen nützten die Angebote zur Erarbeitung von gesundheitsrelevanten Themen in der Klassengemeinschaft (Kernelemente: Zielformulierung, Umsetzung, Zielüberprüfung und Belohnung; Gesundheitskalender für die Klasse; Belohnungsplakat für die Klasse; Gesundheitsbuch für die Kinder) sowie zur Kompetenzsteigerung von LehrerInnen im Gesundheitsförderungsbereich durch Fortbildungsveranstaltungen. Ebenso wurden die Angebote für Eltern zum Kompetenzerwerb und zur Absicherung von Nachhaltigkeit (Elternabend; Elternbroschüre; Kochkurs für Mütter mit Ernährungswissenschaftlerin - vorerst nur als Pilot in Linz) gerne angenommen.

### 6.1 Spezielle Angebote im Schuljahr 2008/2009

- **Fortbildungsveranstaltung am 30. April 2009** – Workshop zum Thema *Gesundheitsförderung für LehrerInnen*
  - Wissen: Theoretische Impulse
  - Reflexion: Persönliche Standortbestimmung
  - Erleben: Stress- und burnoutpräventive Maßnahmen

- **Fortbildungsveranstaltung am 27. Mai 2009** – Workshop zum Thema *Psychosoziale Gesundheit für SchülerInnen*
  - Theoretische Impulse
  - Praktische Übungen
  - Hinweis auf bestehende Projekte
  
- **Unterstützung bei Elternabenden an der Schule** (bei Bedarf mehrsprachig durch Unterstützung der MuttersprachenlehrerInnen)
  - Vorstellung des Projektes
  - Kurzes Impulsreferat zum Thema „Gesunde Kinderernährung“

## 7 ZEITPLAN DER PROJEKTINITIATIVE

Der Zeitrahmen für die Projektinitiative „Der kleine Mugg“ ist – je Schule – auf insgesamt drei Jahre festgelegt.

### 1. Jahr intensive Betreuung

| Zeitraum je Schuljahr | Umsetzung  |
|-----------------------|--|
| Oktober               | <i>Informations- und Fortbildungsveranstaltung</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegendes zum Projekt + Grundzüge der Projektarbeit</li> <li>• Fortbildung zu den Themen Ernährung + Bewegung</li> </ul> |
| November / Dezember   | <i>Einbindung der Eltern</i> – z.B. Unterstützung beim Elternabend, Kochkurs mit Informationen zur Kinderernährung für Eltern  |
| März / April          | <i>Fortbildungsveranstaltung</i> – nach Bedarf<br>Erfahrungsaustausch und Zwischenbericht  |
| Mai                   | <i>Fortbildungsveranstaltung</i> – nach Bedarf<br>Erfahrungsaustausch und Vorstellung von Praxisbeispielen   |
| Juni / Juli           | Abschlussbericht des Projektjahres   |

### 2. Jahr Weiterbetreuung

| Zeitraum je Schuljahr | Umsetzung   |
|-----------------------|---|
| November / Dezember   | <i>Einbindung der Eltern</i> – z.B. Unterstützung beim Elternabend, Kochkurs mit Informationen zur Kinderernährung für Eltern |
| März/April            | <i>Fortbildungsveranstaltung</i> – nach Bedarf; Erfahrungsaustausch und Zwischenbericht                                       |
| Mai                   | <i>Fortbildungsveranstaltung</i> – nach Bedarf<br>Erfahrungsaustausch und Vorstellung von Praxisbeispielen                    |
| Juni/Juli             | Abschlussbericht des Projektjahres  |

### 3. Jahr Weiterbetreuung und Projektabschluss

| Zeitraum je Schuljahr | Umsetzung   |
|-----------------------|---|
| November / Dezember   | <i>Einbindung der Eltern</i> – z.B. Unterstützung beim Elternabend, Kochkurs mit Informationen zur Kinderernährung für Eltern |
| März/April            | <i>Fortbildungsveranstaltung</i> – nach Bedarf; Erfahrungsaustausch und Zwischenbericht                                       |
| Mai                   | <i>Fortbildungsveranstaltung</i> – nach Bedarf<br>Erfahrungsaustausch und Vorstellung von Praxisbeispielen                    |
| Juni/Juli             | Abschlussveranstaltung und Abschlussbericht der gesamten (3jährigen) Projektinitiative  |

## 8 PROJEKTSCHULEN 2008/2009

Im Schuljahr 2008/2009 haben zehn Schulen an der Projektinitiative teilgenommen, wobei drei der fünf Pilotschulen in das 2. Projektjahr übernommen wurden und sieben Volksschulen das 1. Projektjahr durchlaufen haben.

| Projektjahr | Schulen                  | Adresse                                     | Ansprechperson   | E-mail   |
|-------------|--------------------------|---|--|--|
| 1. Jahr     | VS 12 Otto Glöckl Schule | Wienerstr. 42<br>4020 Linz                  | Fr. Dir. <sup>in</sup> SR Dipl.-Päd. <sup>in</sup><br>Waltraud Padosch | <a href="mailto:s401071@lssr.eduhi.at">s401071@lssr.eduhi.at</a><br><a href="mailto:vs12.linz@eduhi.at">vs12.linz@eduhi.at</a>                         |
| 1. Jahr     | VS Traun                 | Linzerstr. 7<br>4050 Traun                  | Fr. Edith Pamliitschka<br>Fr. Dir. <sup>in</sup> Hannelore<br>Brenner  | <a href="mailto:s410331@lssr.eduhi.at">s410331@lssr.eduhi.at</a><br><a href="mailto:vs.traun@eduhi.at">vs.traun@eduhi.at</a>                           |
| 1. Jahr     | VS Haid                  | Schulstr. 5<br>4053 Haid                    | Hr. Dir. SR Alfred<br>Wiesinger  | <a href="mailto:s410121@lssr.eduhi.at">s410121@lssr.eduhi.at</a><br><a href="mailto:vs.haid@eduhi.at">vs.haid@eduhi.at</a>                             |
| 1. Jahr     | VS 1 Ried                | Dr. Thomas-Senn-Str. 1<br>4910 Ried/I.      | Hr. Dir. OSR Karl Schmid   | <a href="mailto:412311vs1@ried.at">412311vs1@ried.at</a>   |
| 1. Jahr     | VS St. Georgen/A.        | Dr. Greil-Str. 8 4880 St.<br>Georgen/A.     | Hr. Dir. Dipl.-Päd. Walter<br>Sigmund                                  | <a href="mailto:s417551@lssr.eduhi.at">s417551@lssr.eduhi.at</a>   |
| 1. Jahr     | VS 1 Marchtrenk          | Dr. Karl Rennerstraße 22<br>4614 Marchtrenk | Fr. Dir. <sup>in</sup> Dipl.-Päd. <sup>in</sup><br>Monika Plasser      | <a href="mailto:s418101@lssr.eduhi.at">s418101@lssr.eduhi.at</a><br><a href="mailto:vs1.marchtrenk@eduhi.at">vs1.marchtrenk@eduhi.at</a>               |
| 1. Jahr     | VS Steinbach am Ziehberg | 4562 Steinbach am<br>Ziehberg 219           | Fr. Dir. <sup>in</sup> Hannelore Sperr                                 | <a href="mailto:s409291@lssr.eduhi.at">s409291@lssr.eduhi.at</a><br><a href="mailto:vs.steinbach.ziehberg@eduhi.at">vs.steinbach.ziehberg@eduhi.at</a> |
| 2. Jahr     | VS 5 Wels Neustadt       | Grillparzerstraße 2<br>4600 Wels            | Fr. Dir. <sup>in</sup> Monika Wiesmeyr<br>Fr. Christa Sperl            | <a href="mailto:vs5.wels@eduhi.at">vs5.wels@eduhi.at</a><br><a href="mailto:s403031@lssr.eduhi.at">s403031@lssr.eduhi.at</a>                           |
| 2. Jahr     | VS 8 Goetheschule        | Südtirolerstraße 13<br>4020 Linz            | Fr. Dir. <sup>in</sup> Erika Erber-<br>Czempirek                       | <a href="mailto:s401051@lssr.eduhi.at">s401051@lssr.eduhi.at</a>   |
| 2. Jahr     | VS 1 Tabor-Steyr         | Taschelried 1<br>4400 Steyr                 | Fr. Dir. <sup>in</sup> Edith Tischlinger                               | <a href="mailto:s402021@lssr.eduhi.at">s402021@lssr.eduhi.at</a>   |

## 9 PROJEKTBERICHTE 2008/2009

Neun der teilnehmenden Schulen verfassten einen standardisierten Jahresabschlussbericht. Eine Schule entschied sich während des Schuljahres das Projekt derzeit nicht weiterzuführen.