



Medienunterlage

Innsbruck, am 7. November 2024

Maßnahmenpaket „Gesundheitsförderung in Bildungseinrichtungen“

Bildung und Gesundheit stärken sich gegenseitig und können in der Lebenswelt Schule positiv beeinflusst werden. Die Landeszielsteuerungspartner Land Tirol und Sozialversicherungsträger – Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK), Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau (BVAEB) und Sozialversicherung der Selbständigen (SVS) – bekennen sich zu einer umfassenden Gesundheitsbildung mit dem Ziel, alle Menschen im Bildungsbereich auf dem Weg zu einem eigenverantwortlichen Umgang mit der eigenen Gesundheit zu bestärken. Dabei werden insgesamt 13 Projekte gefördert:

Gemeinsames Maßnahmenpaket Land Tirol und Sozialversicherungen:

1. Gesunde Schule und Gütesiegel

Ob Bewegungspausen im Unterricht, Entspannungszonen auf dem Schulgelände oder Workshops zur mentalen Gesundheit für Lehrkräfte – all das sind Beispiele für die vielfältigen Maßnahmen, die eine Schule zu einer „Gesunden Schule“ machen. Die „Gesunde Schule Tirol“ wurde im Jahr 2016 als Kooperation zwischen dem Land Tirol, den Sozialversicherungen ÖGK und BVAEB sowie der Bildungsdirektion für Tirol und der Pädagogischen Hochschule Tirol implementiert. Im Rahmen des Gesamtprojektes werden Schulen einerseits beim Einstieg in die schulische Gesundheitsförderung unterstützt und können anschließend mit dem „Gütesiegel Gesunde Schule Tirol“ ausgezeichnet werden. Aus der „Gesunden Schule Tirol“ heraus hat sich der Hochschullehrgang „Stark fürs Leben“ an der Pädagogischen Hochschule Tirol entwickelt. Lehrpersonen, die den Lehrgang absolviert haben, können anschließend in den Schulen in unverbindlichen Übungen oder fächerübergreifend diese Lehrinhalte zur Stärkung der mentalen Gesundheit umsetzen. Dabei steht die Persönlichkeitsentwicklung der Kinder und Jugendlichen im Vordergrund, um sie optimal auf die Herausforderungen des späteren Lebens vorzubereiten.

2. Ernährungsprogramm im Kindergarten (Bruno Vitamini)

Mit dem Ernährungsprojekt „Bruno Vitamini“ hat sich der Avomed - Arbeitskreis für Vorsorgemedizin und Gesundheitsförderung in Tirol zum Ziel gesetzt, ein nachhaltig gesundes Trink- und Essverhalten in den Tiroler Kindergärten zu fördern.

3. Genussvoll Essen

Im Rahmen von „Genussvoll Essen und Trinken“ an Tirols Kindergärten und Schulen bietet der Avomed verschiedene Unterrichtseinheiten zum Thema Ernährung an. Ziel ist es, das Basiswissen in verschiedenen Ernährungsthemen zu stärken, die Reflexion des eigenen Essverhaltens anzuregen

und die Genussfähigkeit zu fördern. Neben den in den Lehrplänen vorgesehenen spezifischen Inhalten, bringt dieses Angebot Impulse zur Prävention von ernährungsabhängigen Erkrankungen und Essstörungen in die Kindergärten und Schulen.

4. Schule am Bauernhof

Die Herkunft unserer Lebensmittel und das bäuerliche Leben sind vielen Kindern und Jugendlichen gerade in der Stadt heute fremd, da der Bezug zur Landwirtschaft völlig fehlt. Das Projekt Schule am Bauernhof des Ländlichen Fortbildungsinstitutes (LFI) bietet in ganz Österreich mehr als 400 Möglichkeiten an, um die verschiedensten landwirtschaftlichen Betriebe zu besuchen und somit Landwirtschaft hautnah kennenzulernen.

5. Fit4Life

Die Sozialversicherung der Selbständigen (SVS) unterstützt landwirtschaftliche Fach- und Berufsschulen sowie höhere landwirtschaftliche Bundeslehranstalten auf dem Weg von Gesundheitsförderung in der Schule bis hin zur „Gesunden Schule“.

6. PädagogInnen-Gesundheit

Die Angebote unterstützen SchulleiterInnen sowie LehrerInnen dabei, mit den persönlichen Ressourcen und der eigenen Gesundheit achtsam umzugehen, um gestärkt das (berufliche und private) Leben gut zu meistern.

7. Get fit for Mental Health (Universitätskurs)

PädagogInnen erwerben im Rahmen einer berufsbegleitenden Fortbildung Grundlagen der psychischen Gesundheits- und Krankheitslehre für Kinder und Jugendliche. Sie beschäftigen sich mit der Entstehung und dem Verlauf verschiedener Symptomkomplexe, psychischen Belastungs- und Risikofaktoren sowie protektiven Faktoren und lernen Hilfsangebote kennen.

8. Suizidprävention

Der Einfluss von frühen psychischen Faktoren und dem Verhalten von Kindern und Jugendlichen auf die Entwicklung von späteren psychischen und somatischen Erkrankungen ist gut belegt. Im Rahmen des Programmes werden in mehreren Schulstunden SchülerInnen zwischen 14 und 16 Jahren im Klassenkontext für die Wahrnehmung und die Vermeidung von Risikoverhalten sensibilisiert.

Weitere Maßnahmen Land Tirol:

9. Gesundheitsunterricht für Mittelschulen und Polytechnische Schulen

In Zusammenarbeit mit Avomed wird an den neuen Mittelschulen und Polytechnischen Schulen Gesundheitserziehung durch qualifizierte Ärzte in Zusammenarbeit mit den LehrerInnen durchgeführt. Der Gesundheitsunterricht soll dazu beitragen, dass die SchülerInnen körperliche, seelische und soziale Zusammenhänge von Gesundheit und Krankheit erkennen und in Folge bewusst Verantwortung für ihr eigenes Wohl und das der anderen übernehmen können.

10. Bewegung, Gesunde Haltung in Volksschulen und Kindergärten

Der Avomed bietet den Kindern einen vielseitigen Bewegungsunterricht im Sinne von Koordination, Ausdauer, Kraft, Dehnung - in Spiel und Spaß verpackt - einmal wöchentlich außerhalb des Schulunterrichtes an. Das Programm wird von speziell staatlich ausgebildeten Lehrwarten oder SportwissenschaftlerInnen vorgetragen. Ein gezieltes Handlungs- und Bewegungskonzept fördert Maßnahmen, die das tägliche Leben in Schule, Arbeit, Alltag und Freizeit bewegungsfreundlicher und gesünder gestalten können.

Weitere Maßnahmen ÖGK:

11. „easykids“ Programm zur Adipositasprävention von Kindern (6 bis 14 Jahre)

Gemeinsam mit einem erfahrenen Team aus den Bereichen Bewegung, Ernährung, Psychologie und Medizin bekommen Kinder und Jugendliche sowie deren Eltern ein umfangreiches Angebot und wertvolle Tipps, wie sie mit kleinen Schritten ihren Alltag gesünder gestalten können. Angesprochen sind Kinder und Jugendliche von 6 bis 14 Jahren. Die Kinder und ihre Eltern werden ein halbes Jahr lang in zwei 12-wöchigen Phasen mit unterschiedlichem Programm von ExpertInnen begleitet. Dabei entsteht mit viel Spaß und Freude ein gutes Bewusstsein für den eigenen Körper, für eine gesunde Ernährung und das eigene Verhalten. Ein Nachbetreuungsprogramm ist auf freiwilliger Basis möglich. Die Teilnahme ist kostenlos.

Weitere Maßnahmen BVAEB:

12. Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz Schule

Das österreichweite BVAEB-Netzwerk „Gesunder Arbeitsplatz Schule“ unterstützt die Schule dabei, die Gesundheit der Schulleitung, LehrerInnen sowie des nicht-unterrichtenden Personals zu fördern. Das Programm „Lehrerinnen-/Lehrergesundheit“ wird dabei durch Fördermittel aus den Gesundheitsförderungsfonds der Bundesländer unterstützt. (Tiroler Gesundheitsfonds, TGF).

13. Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz Kindergarten

Das Projekt trägt zur Stärkung der Gesundheit aller am Arbeitsplatz Kindergarten, Kinderkrippe und Hort tätigen Personen bei. Dadurch kann sowohl die Gesundheitskompetenz der Teilnehmenden gesteigert als auch ein Umfeld für die zu betreuenden Kinder geschaffen werden, in dem die Lebens- und Arbeitswelt im Einklang mit der Gesundheit aller Beteiligten steht.