

Gesundheitsförderung und Prävention an Zuger Schulen

**Konzept für den Kindergarten, die Primarstufe
und die Sekundarstufe I**

**Gesundheitsdirektion des Kantons Zug
Direktion für Bildung und Kultur des Kantons Zug**

Impressum

Dieses Konzept wurde im Auftrag der Gesundheitsdirektion des Kantons Zug (GD) und der Direktion für Bildung und Kultur des Kantons Zug (DBK) erstellt.

Projektleitungs- und Autorenteam

Titus Bürgisser, Suchtprävention Zug (SPZ)

Gudrun Ormanns Ettlin, Wissenschaftliche Mitarbeiterin, DBK

Thomas Pfister-Auf der Maur, Beauftragter für Gesundheitsförderung, GD

Gertrud Zürcher, SPZ

Steuergruppe

Patrick Ambord, André Dietziker, AIDS-Hilfe Zug

Rita Balmer, Schule & Elternhaus Zug

Vreni Jaeggi, Sexual- und Schwangerschaftsberatung der Frauenzentrale Zug

Gudrun Ormanns Ettlin, DBK

Arbeitsgruppen

Kindergarten:

Gabriela Binzegger Hoorn, Steinhausen; Markus Bütler, Seminar Heiligkreuz

Gisela Engel-Streit, Risch; Katja Krupanszky, Menzingen

Unterstufe:

Margrit Gull, Zug; Heidi Müller-Meyer, Zug

Mittelstufe I:

Irène Seewer-Brunner, Unterägeri; Marylène Messina, Unterägeri

Mittelstufe II:

Annelies Bumbacher, Zug; Alex Keel, Unterägeri

Sekundarstufe I:

Peter Bächer, Kantonsschule Zug; Monika Bühler Annen, Cham; Karl Schwestermann, Cham

Kontakt:

Suchtprävention Zug, Ägeristrasse 56, 6300 Zug, Tel. 041 728 35 19, Fax 041 728 24 63

suchtpraevention@gd.zg.ch, www.zug.ch/sucht

| | |
|---|-----------|
| Inhalt | |
| Vorwort | 4 |
| Teil A | |
| 1 Einleitung | 5 |
| 2 Grundlagen | 6 |
| 2.1 Begriffe zur Gesundheit, Gesundheitsförderung und Prävention | 6 |
| 2.1.1 Heutiges Verständnis von Gesundheit – Gesundheit als Prozess | 6 |
| 2.1.2 Gesundheitsförderung | 7 |
| 2.1.3 Prävention | 7 |
| 2.1.4 Früherkennung | 8 |
| 2.2 Gesundheitsförderung und Prävention an Schulen | 8 |
| 2.3 Leitideen der Gesundheitsförderung und Prävention an Schulen | 10 |
| 3 Ist-Zustand | 12 |
| 3.1 Aktuelle Projekte und Angebote im Kanton Zug | 12 |
| 3.2 Umfrage Gesundheitsförderung und Suchtprävention an Schulen 1998, SPZ | 14 |
| 3.3 Umfrage Gesundheitsförderung 2002, GD | 14 |
| 3.4 Nationale und regionale Programme und Projekte | 16 |
| Teil B | |
| 4 Gesundheitsförderung und Prävention an Schulen | 17 |
| 4.1 Schule als gesundheitsfördernde Lebenswelt | 17 |
| 4.1.1 Merkmale einer Gesundheitsfördernden Schule | 17 |
| 4.1.2 Entwicklung einer Gesundheitsfördernden Schule | 18 |
| 4.1.3 Zusammenarbeit Schule – Eltern | 20 |
| 4.1.4 Kooperation der Schule mit ihrem Umfeld | 20 |
| 4.1.5 Unterstützung durch Fachstellen | 20 |
| 4.2 Gesundheitsförderung und Prävention im Unterricht | 21 |
| 4.2.1 Gesundheitsförderung – eine stufenübergreifende Aufgabe | 21 |
| 4.2.2 Arbeitsfelder der Gesundheitsförderung und Prävention | 21 |
| 4.2.3 Lernprinzipien | 24 |

Vorwort

Geschätzte Lehrerin, geschätzter Lehrer

Gesundheitsförderung und Prävention haben ihren Anfang in der frühesten Kindheit. Bereits in der Familie kommt ihnen eine grosse Bedeutung zu. Hier werden die ersten Grundlagen gelegt. Sie finden ihre Fortsetzung im Kindergarten und in der Schule.

Die Schule stellt heute ausserhalb der Familie eines der wichtigsten Orientierungs- und Bezugssysteme dar. Zunehmend übernimmt die Schule als Lebenswelt eine Rolle in der Förderung und Entwicklung einer gesunden Persönlichkeit.

Ziel des vorliegenden praxisorientierten Konzepts ist es, Sie und Ihr Schulteam bei der Gestaltung Ihrer Schule als gesundheitsfördernde Lebenswelt zu begleiten. Dabei ist es Ihnen und Ihrem Schulteam freigestellt, in welcher Form Sie Gesundheitsförderung und Prävention an Ihrer Schule thematisieren wollen.

Schülerinnen und Schüler sollen Gesundheit als etwas Positives erleben. Die Vermittlung reiner Fachkenntnisse spielt hier eine untergeordnete Rolle. So verstanden ist Gesundheitsförderung und Prävention eigentlich nichts Neues. Doch können auf Grund dieses Konzepts fächerübergreifend Bezüge zu den bestehenden Lehrplänen hergestellt werden.

Bei der Erfüllung dieser Aufgabe werden Sie nicht alleine gelassen! Fachstellen möchten Sie und Ihr Schulteam mit entsprechenden Projekten und Angeboten wirkungsvoll unterstützen. Nutzen Sie diese Gelegenheit – machen Sie uns auch auf allfällige Angebotslücken aufmerksam!

Den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Gesundheitsdirektion und der Direktion für Bildung und Kultur sowie den beteiligten Fachstellen und Lehrpersonen danken wir für ihr wertvolles Engagement in Fragen der Gesundheitsförderung und Prävention an unseren Zuger Schulen.

Wir wünschen Ihnen eine spannende Lektüre und laden Sie ein, sich überall und jederzeit für Gesundheitsförderung und Prävention zu engagieren. Sie fördern damit bei jedem Einzelnen und in unserer Gemeinschaft mehr Lebensqualität – ein Ziel, das sich bestimmt lohnt!

Joachim Eder, Regierungsrat, Gesundheitsdirektor

Matthias Michel, Regierungsrat, Bildungsdirektor

1 Einleitung

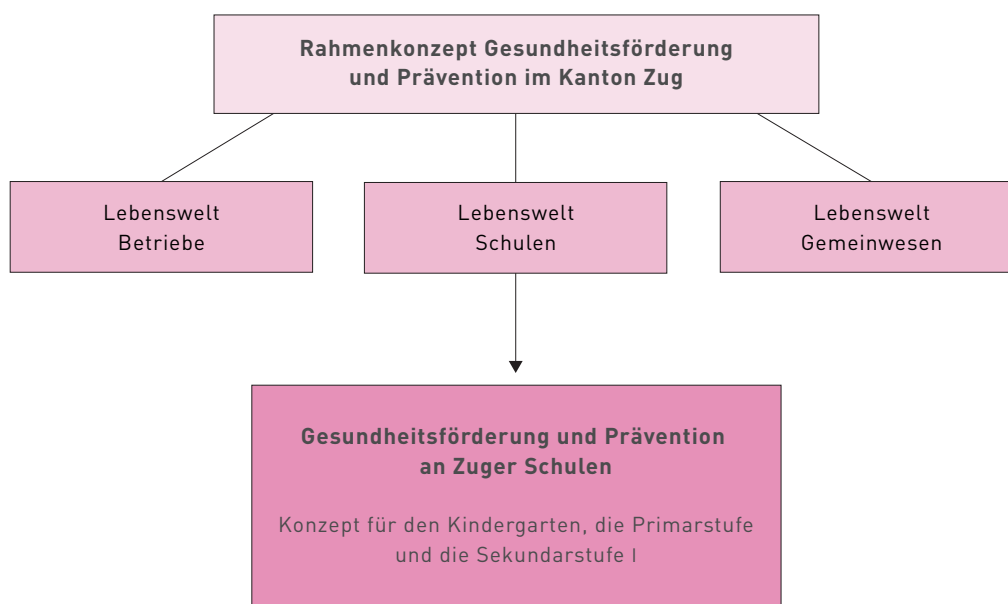
Die Suchtprävention Zug (SPZ) hat seit ihrem Bestehen einen wesentlichen Teil ihrer präventiven Arbeit an Schulen durchgeführt. Mit dem **Zuger Drogenkonzept** von 1993 und dem **Suchtpräventionskonzept** von 1996 wurde dieser Schwerpunkt ausgebaut.

Prävention an Schulen blieb jedoch weiterhin punktuell ein Thema. Langfristige Strategien zur Prävention und Gesundheitsförderung fehlten bis anhin. Deshalb regte die SPZ an, mit einem weiteren Konzept diesbezügliche Grundlagen zu schaffen.

Am 5. Oktober 1998 beauftragten die Regierungsräte Walter Suter und Urs Birchler die SPZ, ein Konzept für Gesundheitsförderung und Prävention an den gemeindlichen Schulen des Kantons Zug zu erarbeiten.

Im Mai 2001 wurde auf der Gesundheitsdirektion die Stelle eines Beauftragten für Gesundheitsförderung geschaffen mit dem Auftrag, ein **Rahmenkonzept Gesundheitsförderung und Prävention im Kanton Zug**¹ zu erarbeiten. Dieses liegt nun vor.

Die Einordnung des vorliegenden Konzepts in dieses Rahmenkonzept sieht folgendermassen aus:



¹ Zu bestellen bei der Gesundheitsdirektion: Tel. 041 728 35 42, E-Mail thomas.pfister@gd.zg.ch

2 Grundlagen

2.1 Begriffe zur Gesundheit, Gesundheitsförderung und Prävention

Begriffe zur Gesundheitsförderung und Prävention sind im **Rahmenkonzept Gesundheitsförderung und Prävention im Kanton Zug** und im **Suchtpräventionskonzept** ausführlich beschrieben. Im Folgenden werden ausschliesslich zentrale Begriffe definiert.

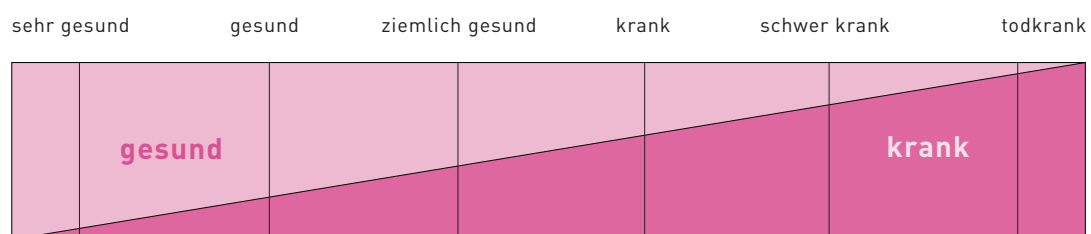
2.1.1 Heutiges Verständnis von Gesundheit – Gesundheit als Prozess²

1976 definierte die Weltgesundheitsorganisation (WHO) Gesundheit so: **Gesundheit ist ein Zustand vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Freisein von Krankheit oder Gebrechen.**

In den letzten Jahrzehnten hat sich der Gesundheitsbegriff deutlich gewandelt. Es reifte die Erkenntnis, dass Gesundheit nicht allein aus hygienischen und medizinischen Rahmenbedingungen, aus biologisch-genetischen Einflussfaktoren und aus persönlichem Verhalten resultiert. Gemäss der im Jahr 1986 verabschiedeten Ottawa-Charta zur Gesundheitsförderung sind Lebensbedingungen wie sozialer Status, Bildung, Beschäftigung, Einkommen, Wohnsituation, soziale Gerechtigkeit und ein stabiles Ökosystem einflussreiche Faktoren, die Menschen gesund oder krank machen.

Gesundheit ist nach heutigem Verständnis kein statischer Zustand. Das heisst, ein Mensch ist nicht einfach gesund oder krank, sondern steht in jedem Moment seines Lebens irgendwo zwischen den beiden Polen **gesund** oder **krank**.

Menschen, auch akut oder chronisch Kranke, sind nicht ausschliesslich krank. Sie haben im Umgang mit ihrer Befindlichkeit und ihrer Krankheit immer auch gesunde Anteile. Das kann mit dem Gesundheits-Krankheits-Kontinuum gut dargestellt werden:



² Nach Rahmenkonzept «Gesundheitsförderung und Prävention im Kanton Zug», 2003, Kap. 1

2.1.2 Gesundheitsförderung

Für die Gesundheitsförderung steht die salutogenetische Perspektive im Vordergrund: Was macht oder erhält einen Menschen gesund? (Aaron Antonovsky, 1979) Die **Ottawa-Charta für Gesundheitsförderung** der Weltgesundheitsorganisation (WHO) von 1986 geht von einem solchen Verständnis aus:

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. Um ein umfassendes körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden zu erlangen, ist es notwendig, dass sowohl Einzelne als auch Gruppen ihre Bedürfnisse befriedigen, ihre Wünsche und Hoffnungen wahrnehmen und verwirklichen sowie ihre Umwelt meistern bzw. sie verändern können. In diesem Sinne ist die Gesundheit als ein wesentlicher Bestandteil des täglichen Lebens zu verstehen. Gesundheit steht für ein positives Konzept, das die Bedeutung sozialer und individueller Ressourcen für die Gesundheit ebenso betont wie die körperlichen Fähigkeiten. Die Verantwortung für Gesundheitsförderung liegt deshalb nicht nur beim Gesundheitssektor, sondern bei allen Politikbereichen und zielt über die Entwicklung gesünderer Lebensweisen hinaus auf die Förderung von umfassendem Wohlbefinden.

Wesentliches Anliegen der Gesundheitsförderung ist es also, die vielfältigen Potenziale zu erkennen, zu erhalten und zu stärken, welche einen Menschen gesund machen. So setzt die Gesundheitsförderung sowohl bei den Verhaltensweisen des Menschen als auch bei Verhältnissen an, in denen er lebt.³

2.1.3 Prävention

Ziel der Prävention ist es, die Entstehung bzw. Verbreitung spezifischer körperlicher und psychischer Krankheiten wie auch Störungen, unerwünschte oder destruktive Verhaltensweisen (z. B. Sucht, AIDS, Fehlernährung, Gewalt) zu verhindern oder zu reduzieren. Ausgangspunkt von Prävention sind bekannte Probleme und Risiken. Prävention befasst sich daher intensiv mit Entstehungsbedingungen, Risikofaktoren und Schutzfaktoren. Zur Erreichung dieser Zielsetzungen orientiert sie sich an den Strategien und Methoden der Gesundheitsförderung.

Ursachenorientierte oder Primärprävention fördert die Stärken und Kompetenzen des Individuums, der Gruppe wie auch von Organisationen, Betrieben und des Gemeinwesens. Sie unterstützt und begleitet deren Entwicklung unter anderem durch die Stärkung von Schutzfaktoren, durch die Förderung von Kommunikation und Zusammenarbeit sowie die Vermittlung von Erlebnissen und Informationen.

³ Vgl. Rahmenkonzept «Gesundheitsförderung und Prävention im Kanton Zug», 2003, Kap. 1

2.1.4 Früherkennung

Früherkennung verfolgt das Ziel, frühzeitig Menschen mit gesundheitlichen Problemen und Risiken zu erkennen, um ihnen geeignete Beratung sowie Unterstützung anbieten zu können. Dabei werden einerseits mit einem professionellen Früherkennungskonzept Strukturen geschaffen, damit Beobachtungen ausgetauscht sowie Verantwortungen und Aufgaben geklärt werden können. Andererseits müssen Schulen und Lehrpersonen lernen, in geeigneter Weise zu intervenieren. Dazu stehen ihnen Unterstützung und Weiterbildung durch Fachleute zur Verfügung.

Gesundheitsförderung, Prävention und Früherkennung unterstützen und ergänzen sich gegenseitig. Alle Ansätze können zur Erreichung von Zielen in der Schule sinnvoll eingesetzt werden.

2.2 Gesundheitsförderung und Prävention an Schulen

Das Thema **Gesundheitsfördernde Schule** wird in der Fachwelt breit diskutiert. Sigfried Seeger stellt die Strategien der Gesundheitsfördernden Schule wie folgt dar:⁴

A) Von der Gesundheitserziehung zur Gesundheitsförderung

Die Auseinandersetzung der Schule mit Gesundheit und die entsprechenden Strategien haben sich in den letzten zwanzig bis vierzig Jahren massiv verändert. Die ursprüngliche Gesundheitserziehung hatte die Verhütung von Krankheit zum Ziel. Sie richtete den Blick vor allem auf Krankheit und Risiken, indem sie durch Abschreckung, soziale Kontrolle und Aufklärung Veränderungen zu erreichen versuchte.

B) Gesundheitsförderung in und mit der Schule

Eine Veränderung dieser Strategien wurde zumindest durch zwei wichtige Faktoren eingeleitet, welche bereits in Kap. 2.1 beschrieben wurde:

- Die **Ottawa-Charta** der WHO zur Gesundheitsförderung (1986)
- Das **Salutogenese-Konzept** von Aaron Antonovsky (1979)

Mitte bis Ende der 80er-Jahre entwickelten sich Projekte einer Gesundheitsförderung in und mit Schulen, welche im schulischen Alltag bis heute eine tragende Säule bilden.

In umgekehrter Perspektive zur Gesundheitserziehung stehen in der Gesundheitsförderung folgende Fragen am Anfang:

- Was ist Gesundheit?
- Wie entwickelt sich Gesundheit?
- Wie lässt sich die Entwicklung von Gesundheit fördern?

⁴ Vgl. Rundbrief – Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen, Nr. 6 vom Dezember 1998

Drei Merkmale bestimmen die Gesundheitsförderung, welche programmatisch in der **Ottawa-Charta zur Gesundheitsförderung** der WHO formuliert wurden:

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.

- **Kompetenzen stärken:** Individuelle und soziale Ressourcen stehen im Zentrum gesundheitsfördernder Projekte. Hier spielt auch der Begriff **Sinn für Kohärenz** von Aaron Antonovsky eine wichtige Rolle: Das Leben soll für den Einzelnen verständlich, handhabbar und bedeutungsvoll sein.
- **Betroffene werden Beteiligte:** Die Partizipation aller an der Schule Beteiligter ist eine Voraussetzung für das Gelingen von Gesundheitsförderung. Sie soll nicht über die Köpfe der Schülerinnen und Lehrpersonen hinweg verordnet, sondern in einem gemeinsamen Prozess erarbeitet werden.
- **Chancengleichheit:** Gesundheitsförderung zielt auf einen Ausgleich von Benachteiligung in Bezug auf Schicht, Geschlecht, Ethnie.

C) Gesundheitsfördernde Schule

Anfang der neunziger Jahre wurde eine weitere Entwicklung eingeleitet. Ausgehend von der **Ottawa-Charta zur Gesundheitsförderung** und mit zunehmendem Einfluss systemischer Betrachtungsweisen wurde der Begriff **Gesundheitsfördernde Schule** geprägt.

Wenn **Gesundheit von Menschen in ihrer alltäglichen Umwelt geschaffen wird, dort wo sie spielen, lernen, arbeiten und lieben** (Ottawa-Charta WHO, 1986), dann zielt Gesundheitsförderung auf soziale Systeme.

Damit zielen gesundheitsfördernde Interventionen auf Organisationen bzw. auf Netzwerke von Organisationen. Dieser Ansatz wird seit Anfang der 90er-Jahre im **Europäischen Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen** (ENGs) entwickelt und erprobt.

Ausgangspunkt dieser Interpretation von Gesundheitsförderung sind daher folgende Fragen:

- Was ist eine gesundheitsfördernde Organisation?
- Wie entwickelt sich eine gesundheitsfördernde Organisation?
- Wie lässt sich eine derartige Entwicklung fördern?

2.3 Leitideen der Gesundheitsförderung und Prävention an Schulen

Gesundheitsförderung und Prävention sind stufenübergreifende Aufgaben, welche von der Schule als Ganzes geplant und realisiert werden sollten. Auch richten sie sich an unterschiedliche Zielgruppen:

Lehrpersonen

- Die Lehrpersonen nehmen die Bedürfnisse und Interessen der Schülerinnen und Schüler wahr und integrieren sie in den Unterricht.
- Sie gestalten eine Kultur der Wertschätzung und Kooperation, in der sich Schülerinnen und Schüler entsprechend ihren Möglichkeiten entwickeln können.
- Die Schülerinnen und Schüler arbeiten im Verlauf der obligatorischen Schulzeit dem Alter angepasst an Themen der Gesundheitsförderung und Prävention.
- Die Lehrpersonen erhalten Unterstützung, damit Themen der Gesundheitsförderung und Prävention entsprechend in den Unterricht integriert werden können (vgl. Kap. 4.2.2 Arbeitsfelder der Gesundheitsförderung und Prävention).
- In der gemeinsamen Sorge um das Wohl und die Förderung der Schülerinnen und Schüler pflegen die Lehrerinnen und Lehrer einen offenen Dialog mit den Eltern und arbeiten mit ihnen zusammen.
- Die Lehrpersonen sind sich bewusst, dass sie mit ihrer persönlichen Haltung und Einstellung zur Gesundheit für Kinder und Jugendliche einen Vorbildcharakter haben.

Schülerinnen und Schüler

- Die Schülerinnen und Schüler erleben eine Schule, welche eine gesunde Entwicklung unterstützt.
- Sie lernen ihre sozialen, psychischen und körperlichen Bedürfnisse kennen, wahrnehmen und formulieren.

Eltern

- Die Eltern verfügen über die nötigen Informationen und Handlungsmöglichkeiten, um den Entwicklungsprozess ihrer Kinder zu fördern und zu unterstützen.
- Sie werden darin unterstützt, in adäquatem Ausmass mit der Schule zu kooperieren und ihre Erziehungsverantwortung wahrzunehmen.

Schulteams

- Die Schulteams verfügen über Grundlagen, Verständnis und Unterstützung, um die Gesundheitsförderung umsetzen zu können.
- Die Schulteams gestalten eine Schulhauskultur im Sinne der Gesundheitsfördernden Schule.
- Strategien der Gesundheitsförderung, Prävention, Früherkennung und Intervention werden im Schulhaus geplant und umgesetzt.

Schulleitungen

- Den Schulleitungen kommt die Aufgabe zu, die Idee der Gesundheitsförderung in der Schule nachhaltig zu verankern.
- Die Schulleitungen sorgen für die Entwicklung sowie für die Umsetzung von Massnahmen und Aktivitäten der Gesundheitsförderung an ihrer Schule.

Schulbehörden

- Die Schulbehörden stellen Rahmenbedingungen zur Verfügung, welche der Gesundheitsförderung und Prävention Rechnung tragen. Sie entwickeln ein Bewusstsein für die Notwendigkeit der Gesundheitsförderung.

3 Ist-Zustand

Aktivitäten zur Gesundheitsförderung und Prävention präsentieren sich heute als eine vielfältige Palette, welche Fachstellen im Rahmen ihres Auftrags festgelegt haben. Auch entstanden sie aus Bedürfnissen der Schulen.

3.1 Aktuelle Projekte und Angebote im Kanton Zug

Die Hauptarbeit der Gesundheitsförderung und Prävention an Schulen leisten täglich die Lehrpersonen. Gestützt auf den Lehrplan und auf ihren Bildungs- bzw. Erziehungsauftrag hat ihre Arbeit präventiven und gesundheitsfördernden Charakter.

Ebenso leisten die Schuldienste einen wichtigen Beitrag zur Gesundheitsversorgung der Schülerinnen und Schüler. Sie arbeiten eng mit der Schule zusammen. Ein ausführliches Verzeichnis aller Stellen findet sich im Ordner **Ganzheitlich beurteilen und fördern** der Direktion für Bildung und Kultur.

Auch unterstützen verschiedene Fachstellen die Lehrpersonen in ihrer Arbeit. Zu erwähnen sind insbesondere die **Fachstelle AIDS-Hilfe Zug** sowie die **Sexual- und Schwangerschaftsberatung der Frauenzentrale Zug**, welche Schulen Informationen, Workshops und Weiterbildungen im Bereich Sexualpädagogik und AIDS-Prävention anbieten. Die **Fachstelle punkto Jugend und Kind** berät Kinder, Jugendliche sowie deren Eltern und Bezugspersonen bei allgemeinen Problemen, die **Suchtberatung Zug** spezifisch bei Suchtproblemen. Als kantonale Stelle führt die **Suchtprävention Zug** (SPZ) Angebote zu den Themen Gesundheitsförderung und Suchtprävention vom Kindergarten bis zur Oberstufe sowie einzelne Projekte zur Gewaltprävention.

Gegenwärtig realisieren die erwähnten Fachstellen in Zusammenarbeit mit den Zuger Schulen folgende Projekte bezüglich Gesundheitsförderung und Prävention:

| Zielgruppe | Projekt / Angebot | Inhalt | Bemerkungen | Träger |
|---|--|---|--|--|
| Alle Schulstufen | Schweizerisches Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen | Schweizerisches Netzwerk, welches Schulen unterstützt, die Gesundheitsförderung und Prävention zu ihrem Schwerpunkt machen wollen | Weiterbildungstage Vernetzungstage Austausch mit andern Schulen Verpflichtung für zwei Jahre Finanzielle Unterstützung | Radix Gesundheitsförderung im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit |
| Lehrpersonen aller Stufen mit Zustimmung des Kollegiums | Schulklima | Ausbildung von Kontaktlehrpersonen für Gesundheitsförderung und Prävention | 5 bis 8 Kurstage und Projektberatung für die ganze Zentralschweiz | Bildungsplanung Zentralschweiz, Kanton Zug: Suchtprävention Zug |

| Zielgruppe | Projekt / Angebot | Inhalt | Bemerkungen | Träger |
|--|---|---|--|---|
| Kindergarten, 1. / 2. Schuljahr | Schmuddel Röse und Modern Stine | Puppentheater mit Begleitmaterial zum Thema zwischenmenschliche Beziehungen | Einführungswor- kshop für Lehrperso- nen | Suchtprävention Zug |
| 5. – 9. Schuljahr | Waldtag Suche – Sucht – Sehnsucht | Gesundheitsförderung und Prävention im Wald erleben | Leitung durch Wald- pädagogen | Suchtprävention Zug |
| 5. / 6. Schuljahr | Literatur und Prävention | Suchtprävention mit dem Buch «Übergabe drei Uhr morgens» | Unterrichtsmappe, Autorenlesung, Bücherausleihe | Suchtprävention Zug |
| 5. / 6. Schuljahr | Mega Zoff | Gewaltprävention mit dem Buch «Mega Zoff» | Unterrichtsmappe, Autorenlesung, Bücherausleihe | Suchtprävention Zug |
| Sekundar- stufe I | Programm zur Sexualität für die Oberstufe | Auseinandersetzung mit Sexualität, Bezie- hungen | | Sexual und Schwan- gerschaftsberatung der Frauenzentrale Zug |
| Sekundar- stufe I | Schulprojekt HIV / AIDS | Begegnung mit Menschen mit HIV / AIDS | Projekt der AIDS- Hilfe Schweiz www.aids.ch | AIDS-Hilfe Zug AIDS-Hilfe Schweiz |
| Sekundar- stufe I | GLL Grenzen- lose Liebe | Unterrichtseinheiten zum Thema gleich- geschlechtliche Liebe | Projekt von Pink Cross | AIDS-Hilfe Zug Pink Cross Schweiz |
| Männliche Jugendliche in Schule und Jugendarbeit, Sekundar- stufe I | Helden- geschichten | Gesundheitsförderung und Suchtprävention und für männliche Jugendliche | Theaterworkshops Einführung für Lehrpersonen Werkbuch | Gesundheitsförde- rungs- und Sucht- präventionsstellen der Kantone ZG, OW, NW, LU, SZ |
| Weibliche Jugendliche in Schule und Jugendarbeit, Sekundar- stufe I | Wer ist die Schönste im ganzen Land? | Theater und Lektions- reihe zum Thema Schönheit | Theater Einführungs- workshop für Lehrpersonen Lektionsreihe | Suchtprävention Zug |
| Kollegium der Schule Sekundar- stufe I | Balance | Auseinandersetzung mit Arbeitszufrieden- heit und Konfliktfähig- keit | SCHILW | Suchtprävention Zug |

Ausserdem bestehen Weiterbildungsangebote für Lehrpersonen und Schulteams, Workshops für Schülerinnen und Schüler, Dokumentationen und Informationsmaterial, Fachberatungen, Unterstützung bei der Durchführung von Gesundheitswochen, Früherkennungsprogramme sowie Elternabende.

3.2 Umfrage Gesundheitsförderung und Suchtprävention an Schulen 1998, SPZ

1998 wurde eine Umfrage zur Gesundheitsförderung und Suchtprävention an Zuger Schulen durchgeführt. Die Umfrage erhob Daten über die aktuelle Umsetzung des Themas sowie über die Wünsche und Anliegen der Lehrpersonen in Bezug auf Unterstützung und Weiterbildung. Es wurden 1215 Lehrpersonen angeschrieben, wobei 520 ihren Fragebogen retourniert haben. Dies entspricht einer Beteiligung von rund 43%.

Ergebnisse der Umfrage

- Die Lehrpersonen fühlen sich kompetent und ausreichend vorbereitet für den Unterricht zu Themen der körperlichen Gesundheit.
- Sie formulieren jedoch einige Bedürfnisse für die Arbeit an Themen der psychosozialen Gesundheit. Hier müssen gezielte Angebote geschaffen werden, um den Lehrpersonen vermehrt Unterstützung zu bieten.
- Viel Unsicherheit besteht im Umgang mit gefährdeten Schülerinnen und Schülern. Die Beratung der Lehrpersonen und Schulen durch die kantonalen Fachstellen zur Früherkennung und Betreuung von gefährdeten Schülerinnen und Schülern sollte gezielter erfolgen.
- Während zu den Themen Sucht, AIDS und Sexualität sowie sexuelle Gewalt das Angebot der Fachstellen in Anspruch genommen wird, ist das Thema Gewalt durch keine bestehende Fachstelle schwerpunktmässig abgedeckt.
- Gesundheitsförderung soll verstärkt ins Blickfeld gerückt werden. Die meisten Schulstufen melden ein grosses Bedürfnis in Bezug auf Verbesserung des Klassen- oder Schulhausklimas an.
- Hinsichtlich Zusammenarbeit mit den Eltern sollten nicht nur einzelne Lehrpersonen, sondern Schulleitungen und Teams in der Lösung gemeinsamer Aufgaben unterstützt werden. Dies erfordert entsprechende Angebote der Fachstellen.

3.3 Umfrage Gesundheitsförderung 2002, GD

Als wichtige Grundlage zur Erarbeitung eines Rahmenkonzepts für Gesundheitsförderung im Kanton Zug wurden durch den Beauftragten für Gesundheitsförderung im November 2001 rund 200 Fachpersonen und Organisationen angeschrieben. Ziel der Befragung war es, den Ist-Zustand in Gesundheitsförderung und Prävention zu erfassen sowie Informationen über Bedürfnisse zu gewinnen.

Inhalte der Befragung waren gesundheitsrelevante Themen wie Einflussfaktoren auf Wohlbefinden und Gesundheit, mögliche Zielsetzungen von Gesundheitsförderung und Prävention oder auch Fragen danach, bei welchen Zielgruppen und in welchen Lebenswelten im Kanton Zug in den nächsten Jahren Prioritäten gesetzt werden sollten.

Konsumverhalten, Aktivitätslevel und Bewegung werden in der Dimension der **körperlich-materiellen Themen** als besonders wichtig eingeschätzt. Zentrale Aspekte sind die Verminderung von masslosem Konsum, von Stress resp. Passivität und von Bewegungsmangel einerseits und die Förderung eines massvollen Umgangs mit Konsumgütern, Entspannung oder auch die Lust an der Bewegung andererseits. Im Bereich der **psychischen Themen** liegen die gesetzten Akzente bei der psychischen Integrität, der generellen psychischen Befindlichkeit und bei der Berufssituation. Zu fördern sind Ressourcen wie Eigenständigkeit, Selbstvertrauen oder Lebensfreude, während belastende Faktoren wie Machtmissbrauch, Gewalt, Sinnlosigkeit und Überforderung zu vermindern sind. Die Beurteilung der **sozialen Themen** setzt einen klaren Schwerpunkt bei der Integration, der Kommunikation und den Beziehungen. Isolation, Diskriminierung und Vereinsamung werden als zu vermeidende Probleme betrachtet. Solidarität, eine gute Gesprächskultur sowie Konfliktfähigkeit sind zu fördern. (...) Als wichtigstes **Ziel** der Gesundheitsförderung wird die Verbesserung der psychischen Gesundheit der Zuger Bevölkerung betrachtet. Im Besonderen sind gesundheitliche Beeinträchtigungen durch den Konsum von Suchtmitteln zu reduzieren, die Menschen aller Gesellschaftsschichten zu gesünderen Lebensgewohnheiten zu motivieren und Gesundheit schädigende Stoffe zu reduzieren. (...) Bei einem **lebensweltorientierten Ansatz** sind Schulen, der Freizeitbereich oder auch Betriebe als prioritäre Bereiche zu sehen. Mit dem Blick auf mögliche Zielgruppen würden die Antwortenden bei Sucht gefährdeten Personen oder auch bei Benachteiligten ansetzen. Weiter zeigt sich deutlich, dass Jugendliche auch in Zukunft eine wichtige Zielgruppe bleiben sollen.⁵

Auf die Frage, welche Institutionen hauptsächlich Gesundheitsförderung und Prävention im Kanton Zug betrieben, wurde die Schule an erster Stelle genannt.

⁵ Nach Bericht «Gesundheitsförderung und Prävention im Kanton Zug». Umfrage bei Fachpersonen zur Erfassung von Ist-Zustand, Bedarf und Bedürfnissen, 2002

3.4 Nationale und regionale Programme und Projekte

Der Kanton Zug steht mit nationalen und regionalen Fachstellen der Gesundheitsförderung und Prävention in Kontakt und arbeitet in mehreren Projekten aktiv mit.

- Zuger Schulen beteiligen sich am **Schweizerischen Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen**.⁶
www.gesunde.schulen.ch und www.radix.ch
- Die SPZ beteiligt sich an Projekten des Nationalen Programms **Schulen und Gesundheit** des Bundesamtes für Gesundheit BAG, welches seit Sommer 2002 neu unter dem Namen **bildung + gesundheit – Netzwerk Schweiz** ein Konzept für die Jahre 2003 – 2010 entwickelt.
www.bag.admin.ch/sucht/publikationen/d/schulprojekte.htm
- Die zentralschweizerische Ausbildung für Kontaktlehrpersonen für Gesundheitsförderung **Schulklima** ist Teil dieses nationalen Programms. Die Suchtprävention Zug ist Mitglied der Projektgruppe.⁷
www.bildungsplanung-zentral.ch
- Projekte an Schulen werden aus Geldern von Radix Gesundheitsförderung unterstützt.
www.radix.ch
- Im Bereich Qualitätsentwicklung findet eine intensive Zusammenarbeit mit dem Projekt **Quint-Essenz** von Gesundheitsförderung Schweiz statt.
www.quint-essenz.ch

⁶ Folgende Schulen aus dem Kanton Zug sind Mitglied im Schweizerischen Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen: Berufsschule für Gesundheits- und Krankenpflege Zug, Berufsschule für Gesundheits- und Krankenpflege Baar, Schulhaus Loreto Zug, Schulhaus Röhrliberg Cham

⁷ Folgende Schulen aus dem Kanton Zug haben bisher die Ausbildung «Schulklima» besucht: Oberstufe Schulhaus Hofmatt, Oberägeri; Oberstufe Schulhaus Sternmatt 2, Baar; Oberstufe Rotkreuz

4 Gesundheitsförderung und Prävention an Schulen

4.1 Schule als gesundheitsfördernde Lebenswelt

4.1.1 Merkmale einer Gesundheitsfördernden Schule

Die Resolution der WHO von 1997 gibt allen Kindern und Jugendlichen das Recht, in einer Gesundheitsfördernden Schule zu lernen. Damit ist einerseits gefordert, dass Gesundheitsförderung in Bezug auf Erziehung und Bildung primäre Bedeutung hat. Andererseits bedeutet dies auch, dass Erziehung und Bildung Bestandteil eines gesundheitsfördernden Konzepts sind.

Damit sollte es ein Anliegen sein, bei allen an der Schule Beteiligten die Sehnsucht nach einer Schule zu wecken, in welcher sich alle wohl fühlen, die dort arbeiten, lernen und leben. Alle Beteiligten sollten Gesundheitsförderung als Prozess erfahren dürfen und gemeinsam, in kleinen Schritten, das grosse Ziel einer Gesundheitsfördernden Schule angehen wollen. Beteiligte einer Gesundheitsfördernden Schule sind nicht nur die Schülerinnen und Schüler. Das Wort **Beteiligte** schliesst alle ein, welche an der Schule tätig sind, vom Reinigungsdienst über die Schulleitung und das Sekretariat bis hin zu den Lehrpersonen und Eltern.

Die Gesundheitsfördernde Schule bemüht sich, Gesundheitsgefährdungen des Individuums sowie des Systems Schule zu erkennen und macht sich auf den Weg, diese abzubauen. Der Früherkennung von Krisen und Suchtproblemen kommt eine grosse Bedeutung zu. Gemeinsam mit den Betroffenen werden Problemlösungsstrategien erarbeitet und bei Bedarf entsprechende Fachstellen einbezogen.

Insbesondere bemüht sich die Gesundheitsfördernde Schule darum, für alle Beteiligten gute Voraussetzungen zu schaffen, im Sinne einer positiven Entwicklung bezüglich Gesundsein, Wohlbefinden sowie Arbeits- und Lernfreude. Vor allem wird Gesundheitsförderung als gemeinsame Aufgabe zwischen Eltern und Schule wahrgenommen. Auch eine Zusammenarbeit mit anderen Schulen und der Austausch über gemachte Erfahrungen im Netzwerk **Gesundheitsfördernde Schulen** kann wertvolle Synergien schaffen.

Der Pädagoge Peter Paulus (1995) definiert Gesundheitsfördernde Schule wie folgt: **Die Gesundheitsfördernde Schule ist eine Schule, die Gesundheit zum Thema ihrer Schule macht. Sie hat einen Schulentwicklungsprozess mit dem Ziel eingeleitet, ein gesundheitsförderndes Setting Schule zu schaffen, das die Gesundheit der Lehrpersonen, der Schülerinnen und Schüler sowie die Gesundheit des nicht unterrichtenden Personals am Arbeits- und Lernplatz Schule fördert.**

Siegfried Seeger⁸ hat die fünf Handlungsebenen nach der Ottawa-Charta auf die Schule übertragen. Sie gelten für Schulen, welche sich auf dem Weg zur Gesundheitsfördernden Schule befinden:

- Auf der Ebene der Individuen geht es um eine Lebensstilentwicklung, vermittelt über Bildungsprozesse.

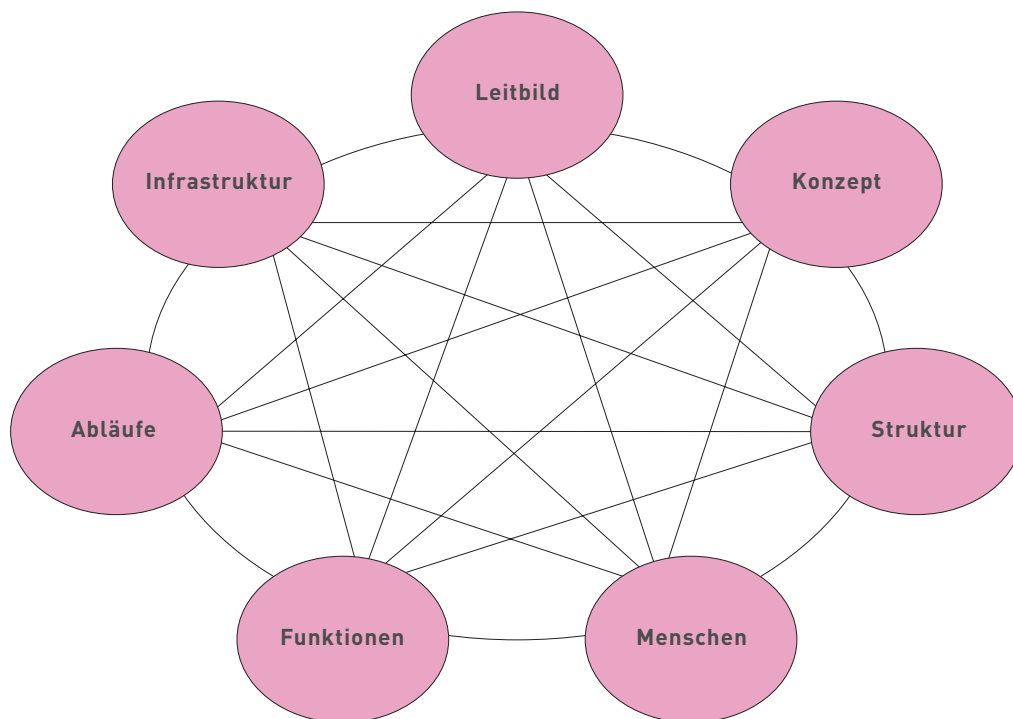
⁸ Vgl. Rundbrief – Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen, Nr. 6 vom Dezember 1998

- Auf der Ebene von Gruppen geht es um eine Beteiligung der Betroffenen, welche z. B. in Arbeitsgemeinschaften ihre Interessen vertreten.
- Auf der Ebene der Organisationen/Institutionen geht es um eine Gestaltung des Schullebens durch eine Personal- und Organisationsentwicklung.
- Auf der Ebene der Lebenswelten geht es um neue Bezüge zum Umfeld durch Öffnung von Schule.
- Auf der Ebene der Gesellschaft/Politik geht es um eine Lobby für eine gesundheitsfördernde Bildungspolitik.

4.1.2 Entwicklung einer Gesundheitsfördernden Schule

Schulentwicklung in Richtung Gesundheitsfördernde Schule zieht sich wie ein sinnstiftender roter Faden durch eine Vielzahl von schulischen Bereichen und Aktivitäten, welche ohnehin in den Schulalltag integriert sind. Ob es um gesundheitsfördernde Lern- und Unterrichtsprinzipien, Gewaltprävention oder die Umgestaltung des Pausenplatzes geht, alle diese Aktivitäten unterstützen den Weg zur Gesundheitsfördernden Schule.

Diese Skizze zeigt Ansatzpunkte für eine Gesundheitsfördernde Schule:⁹



⁹ Glasl F., Lievegoed B.; Dynamische Unternehmensentwicklung, 1996

Elemente einer gesundheitsfördernden Schule

Die Schule erarbeitet ein **Leitbild** zur Gesundheitsförderung, welches sich an den Merkmalen einer Gesundheitsfördernden Schule orientiert. Es macht Aussagen zu Formen der Zusammenarbeit, der Kommunikation und zur Entscheidungsfindung. Auch orientiert es sich an den Bedürfnissen der Lehrpersonen, Schülerinnen, Schüler und Eltern. Dies geschieht im Dialog über:

- Grundwerte und pädagogischen Auftrag der Schule
- Soziales Zusammenleben aller an der Schule Beteiligten
- Aktuelle Probleme der Schülerinnen und Schüler

Die Schule erarbeitet ein **Konzept**, welches die vereinbarten Grundwerte beinhaltet.

Folgende Themen werden besonders berücksichtigt:

- Früherkennung von Krisen und Problemen bei Lehrpersonen, Schülerinnen und Schülern
- Gewaltprävention

Die Schule baut sich eine **Struktur** auf, welche die Zusammenarbeit und Kommunikation der verschiedenen Lehrpersonen fördert und klärt folgende Bereiche:

- Projektorganisation zur Gesundheitsförderung
- Regelmässige Standortbestimmung zur Wirksamkeit der Gesundheitsförderung
- Formen der Partizipation: Schülerinnen- und Schülerrat

Die Schule definiert verschiedene **Funktionen** für Lehrpersonen, so dass die Rollen, Aufgaben und Kompetenzen im Projekt Gesundheitsfördernde Schule klar umschrieben sind:

- Kontaktlehrpersonen für Gesundheitsförderung
- Projektleitungen im Bereich der Gesundheitsförderung

Die Schule legt **Abläufe** zur Entscheidungsfindung verbindlich fest. Es ist wichtig, dass diese einen Handlungsspielraum beinhalten, damit im konkreten Fall angemessene Problemlösungsstrategien angewendet werden können:

- Früherfassungskonzept
- Kriseninterventionen

Die Schule bezieht die Bedürfnisse der Lehrpersonen und Schülerinnen und Schüler bei der Gestaltung der **Infrastruktur** mit ein:

- Pausenplatzgestaltung
- Einrichtung der Schulräume
- Gestaltung der gemeinsam genutzten Räume
- Mitbeteiligung bei diesen Entscheidungen

4.1.3 Zusammenarbeit Schule – Eltern

Gesundheitsförderung und Prävention sind Aufgabe von Schule und Eltern. Die Schule soll deshalb in einem kontinuierlichen Austausch mit den Eltern stehen, um Gemeinsamkeiten und Abgrenzungen in der Erziehungsaufgabe abzusprechen. Die Zusammenarbeit Eltern und Schule bietet folgende Möglichkeiten:

- Gemeinsame Bearbeitung von Anliegen in Eltern-Lehrer-Gruppen (ELG)
- Elternbildung durch die Schule (Elternabende, Elterninformationen)
- Standortbestimmung der Schülerinnen und Schüler und Planung der weiteren Kooperation in Einzelgesprächen
- Krisenintervention bei akuten Problemen und Krisen der Kinder und Jugendlichen
- Übernahme von Aufgaben in Schul-Projekten und -Aktivitäten durch die Eltern

Schule und Elternhaus haben gemeinsame Erziehungsaufgaben zu erfüllen. Die Schule bietet Hand für eine gute Kooperation mit den Eltern, um die gemeinsamen Interessen in der Sorge um das Kind in den Vordergrund zu rücken.

4.1.4 Kooperation der Schule mit ihrem Umfeld

Gesundheitsfördernde Schulen pflegen den Kontakt in der Gemeinde und im Quartier und sind darin verwurzelt. Mit den Schul- und Sozialbehörden sowie den Schuldiensten besteht eine gute Zusammenarbeit.

4.1.5 Unterstützung durch Fachstellen

Für die Weiterentwicklung aller Themen der Gesundheitsförderung können Fachstellen beigezogen werden (vgl. Kap. 7 Fachstellen der Gesundheitsförderung und Prävention). Mit eigenen Projekten und Angeboten geben sie wichtige Impulse. Ausserdem stellen sie den Schulen folgende Dienstleistungen zur Verfügung:

- Begleitung von Schulteam
- Initiierung von Entwicklungen
- Beratung, Coaching, Supervision
- Projektentwicklung, Projektvermittlung
- Weiterbildung
- Krisenintervention
- Zusammenarbeit in der Früherkennung

4.2 Gesundheitsförderung und Prävention im Unterricht

4.2.1 Gesundheitsförderung – eine stufenübergreifende Aufgabe

Die Schule stellt heute ausserhalb der Familie eines der wichtigsten Orientierungs- und Bezugssysteme für die Schülerinnen und Schüler dar. Auch übernimmt sie eine zunehmend wichtigere Rolle in der Förderung und Entwicklung einer gesunden Schülerpersönlichkeit. Immer mehr setzt sich die Meinung durch, dass im Schulalltag vermehrt Themen der Gesundheitsförderung und Prävention aufgegriffen werden sollten. Die Schule als gesundheitsfördernde Lebenswelt möchte Einfluss auf die positive Entwicklung der Schülerinnen und Schüler nehmen. Es ist das Ziel der Gesundheitsförderung, jene Rahmenbedingungen zu schaffen, welche Schülerinnen und Schülern die Chance geben, sich zu selbstbewussten, kritischen und starken Persönlichkeiten zu entwickeln. Dies ist die beste Grundlage für das Erlernen einer eigenverantwortlichen Lebensweise.

Primäres Ziel einer stufenübergreifenden Gesundheitsförderung und Prävention ist es, die Schülerinnen und Schüler Gesundheit als etwas Positives erleben zu lassen. Die Vermittlung reiner Fachkenntnisse spielt hier eine untergeordnete Rolle. So verstanden, werden fächerübergreifend thematische Bezüge hergestellt, welche befruchtend auf den Schulalltag wirken. Um dieses Ziel zu erreichen, gilt es in erster Linie Themen aus dem Erfahrungsbereich der Schülerinnen und Schüler zu bearbeiten. Wo Inhalte den Neigungen, Interessen und Bedürfnissen entsprechen, lässt sich am ehesten Betroffenheit durch eine gewisse Lebensnähe erzielen.

Gesundheitsförderung und Prävention lassen sich deshalb nur sehr bedingt nach einem festen Stoffplan durchführen. Auch sind sie in den Schulalltag zu integrieren sowie auf die jeweils aktuellen Situationen und konkreten Vorkommnisse auszurichten. Dies bedingt von Seiten der Lehrpersonen viel Einfühlungsvermögen und ein gutes Gespür.

So können Gesundheitsförderung und Prävention an die alltäglichen Themen der Schülerinnen und Schüler anknüpfen, indem spontan auf aktuelle Beobachtungen und Ereignisse eingegangen wird. Wichtig ist dabei die gegenseitige Offenheit, die Bereitschaft, einander zu achten, zuzuhören, auf den anderen einzugehen, zusammen nach Lösungen zu suchen, aber auch Ungelöstes zu ertragen.

4.2.2 Arbeitsfelder der Gesundheitsförderung und Prävention

Im umfassenden Sinne lassen sich Gesundheitsförderung und Prävention ohne persönliches Engagement der Lehrpersonen nicht verwirklichen. In diesem Bereich wird bereits heute in der Schule vieles getan. Jedoch drängt sich eine Koordination auf.

Oftmals droht der Gesundheitsförderung und Prävention das Schicksal, in der Vielfalt der Lehrplanziele unterzugehen oder vergessen zu werden. Teilweise sind die Inhalte in den Lehrplänen **Mensch und Umwelt, Lebenskunde** oder **Hauswirtschaft** enthalten.

Die folgende Darstellung versteht sich als Überblick, wobei eine abschliessende Aufzählung der Inhalte nicht möglich ist:

A Körperliche Gesundheit

1) Gesunder – kranker Mensch

Ein Leben lang sind wir mit Gesundheit und Krankheit konfrontiert. Schülerinnen und Schüler sollen:

- Eine Beziehung zu ihrem eigenen Körper aufbauen
- Mit Schwächen, Behinderungen und Krankheit umgehen lernen

2) Ernährung

Sie ist Voraussetzung für Aufbau und Entwicklung des Körpers. Schülerinnen und Schüler sollen:

- Kenntnisse über Ernährung, über die Auswahl der Nahrungsmittel sowie über die Zusammenstellung und Zubereitung von Nahrungsmitteln erwerben
- Die Hintergründe falscher Ernährung kennen

3) Körperpflege

Regelmässige Körper- und Zahnhygiene sowie zweckmässige Kleidung sollen zum eigenen Bedürfnis werden und zu einem positiven Verhältnis des Einzelnen zu seinem Körper führen. Schülerinnen und Schüler sollen:

- Sich eine zweckmässige Körperpflege angewöhnen
- Den Sinn vorbeugender Massnahmen erfassen
- Leichtere Gesundheitsstörungen richtig und angemessen behandeln können

4) Bewegung und Sport

Ein Lebensrhythmus, in dem Wachen und Schlafen im Gleichgewicht sind, ist Voraussetzung für eine ausgewogene Lebensführung und eine gute Leistungsfähigkeit. Schülerinnen und Schüler sollen:

- Freude an sportlicher Betätigung und Leistung haben
- Wissen, dass eine optimale Leistungsfähigkeit von einem gesunden Lebensrhythmus abhängig ist
- Lernen, sich in der Gemeinschaft sportlich zu betätigen und dabei auf die anderen Rücksicht zu nehmen

B Psychische und soziale Gesundheit

5) Seelisch-geistiges Gleichgewicht

Es entsteht durch die Entfaltung der Persönlichkeit. Schülerinnen und Schüler sollen:

- Ihre Möglichkeiten und Grenzen kennen lernen und versuchen, sich selber anzunehmen
- Spannungen ertragen und ausgleichen können
- In ihrem Selbstwertgefühl gestärkt werden
- Weibliche und männliche Sichtweisen als gleichwertig akzeptieren

6) Zwischenmenschliche Beziehungen

Sie sind für das seelische Wohlbefinden von entscheidender Bedeutung. Schülerinnen und Schüler sollen:

- Lernen, befriedigende Beziehungen zu ihren Mitmenschen aufzubauen
- Spannungen und Konflikte konstruktiv und gewaltfrei lösen können
- Kooperative Umgangsformen entwickeln
- In ihrem Selbstwertgefühl gestärkt werden

C Prävention

7) Sexualität

Sexualität ist wesentlich für die Entfaltung der Persönlichkeit und der zwischenmenschlichen Beziehungen. Schülerinnen und Schüler sollen:

- Zu ihrer Sexualität ein positives Verhältnis finden
- Eine Geschlechtsidentität aufbauen können
- Zur Partnerschaft und Liebe fähig werden
- Verantwortung in Bezug auf ihre Sexualität übernehmen können
- Über wirksame Verhütungsmethoden Bescheid wissen
- Sich vor HIV/AIDS und anderen sexuell übertragbaren Krankheiten schützen
- Einen respektvollen Umgang mit der Sexualität lernen
- Möglichkeiten zur Prävention von sexueller Gewalt kennen

8) Sucht

Information allein über Ursachen, Wirkung und Folgen von Alkohol, Tabak, Medikamentenmissbrauch und Drogen genügt nicht. Wichtig ist es, die Gründe des Suchtmittelkonsums (symbolische Teilnahme am Erwachsenenstatus, Spannungslösung, Selbstbelohnung, etc.) zu erkennen, für Konfliktsituationen einen anderen Lösungsweg als die Flucht in die Sucht zu zeigen und die situationsgerechte Auseinandersetzung mit Problemen einzuüben. Schülerinnen und Schüler sollen:

- Die Wirkungen der suchtbildenden Mittel auf den Menschen kennen und einen verantwortungsvollen Umgang mit ihnen lernen
- Möglichkeiten kennen lernen, wie durch die ernsthafte Auseinandersetzung mit Problemen in Konfliktsituationen süchtige Verhaltensweisen vermieden werden können

9) Unfallverhütung

Die Schule befasst sich mit der Verhütung von Unfällen. Schülerinnen und Schüler sollen:

- Gefahrenquellen in Schule, Sport, Haushalt und Verkehr kennen
- Sich bei Unfällen richtig verhalten
- Durch partnerschaftliches Verhalten und gegenseitige Rücksichtnahme die allgemeine Sicherheit fördern

D Konsum und Umwelt

10) Konsumverhalten

Das heutige grosse Angebot von Konsumgütern führt zu unkritischem und übermässigem Konsum. Die Folgen sind bleibende Gesundheitsschäden. Schülerinnen und Schüler sollen:

- Sich ihres eigenen Konsumverhaltens bewusst werden und es kritisch beurteilen können
- Kenntnisse über wirtschaftlich-ökologische Zusammenhänge erwerben und anwenden

11) Umweltbewusstsein

Nicht nur das eigene Gesundheitsverhalten, sondern auch die Umwelt beeinflusst das Wohlbefinden des Menschen. Die Erhaltung unserer Umwelt ist nicht nur Aufgabe des Staates, sondern vor allem auch Pflicht des Einzelnen. Schülerinnen und Schüler sollen:

- Die Gefährdung unserer Umwelt kennen und sich mit ihren Ursachen auseinander setzen
- In ihrem persönlichen Bereich nach Möglichkeiten umweltgerechten Verhaltens suchen

4.2.3 Lernprinzipien

Gesundheitsförderung und Prävention sind ein Unterrichtsprinzip. In erster Linie geht es darum, Einstellungen zu vermitteln bzw. Handlungsweisen aufzubauen. Zentral ist die Schaffung eines Klimas des Vertrauens und der Offenheit. Um dies erreichen zu können, müssen Gesundheitsförderung und Prävention an Ganzheitlichkeit orientiert sein. Dies erfordert ein integratives und fächerübergreifendes Vorgehen. Reine Informationsvermittlung vermag diesen Anforderungen nicht zu genügen. Gefordert sind vielmehr Lernprinzipien zur Entfaltung der Gesamtpersönlichkeit der Schülerinnen und Schüler. Diese umfassen:

- Selbsttätiges, individualisierendes Lernen
- Soziales, gemeinschaftsbildendes Lernen
- Ganzheitliches Lernen
- Handlungsorientiertes und erfahrungsbezogenes Lernen

Vor allem in den oberen Schulstufen erscheint eine Unterstützung durch Fach- und Beratungsstellen sinnvoll, insbesondere für tabuisierte Themen wie Sexualität, HIV/AIDS oder Sucht.

4.3 Auszüge aus den Lehrplänen mit Ergänzungen

Die Auszüge basieren auf folgenden Lehrplänen des Kantons Zug: **Kindergarten, Mensch und Umwelt, Lebenskunde, Hauswirtschaft.**

Zusätzlich wird in Kurzform auf bestehende Lehrmittel (vgl. Kap. 6 Literaturverzeichnis) verwiesen:

| | |
|------------------|---|
| Kindergarten: | «Flomi ... oder das verlorene Ohr», kurz «Flomi» mit Angaben zu Themen/Kapiteln |
| Primarstufe: | «Gesundheitsförderung in der Schule», Band Primarschule, mit Angaben zu Heft-Nummer, Titel und Seitenzahl |
| Sekundarstufe I: | «Gesundheitsförderung in der Schule», Band Oberstufe, mit Angaben zu Heft-Nummer, Titel und Seitenzahl |
| | «Stressbewältigung in der Schule und im Alltag» |

4.3.1 Kindergarten

| Arbeitsfelder | Grobziele und Anregungen | Lehrplan | Lehrmittel |
|---|--|----------------------|---|
| Gesunder – kranker Mensch | <p>Anregungen zur Umsetzung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ansteckungsrisiken vermeiden lernen • Risiken im Umgang mit Tieren kennen lernen | | |
| Ernährung | <p>Anregungen zur Umsetzung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gesunde Pausenverpflegung kennen lernen | | |
| Körperpflege | <p>Anregungen zur Umsetzung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zahnpflege lernen • Hygieneregeln kennen | | |
| Bewegung und Sport | <p>Grobziele</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mit vielfältigen Bewegungsmöglichkeiten spielen und experimentieren • Geschicklichkeit, Koordination, Reaktionsschnelligkeit und ein Gefühl für den Einsatz der körperlichen Kraft weiterentwickeln und verfeinern • Mit möglichst vielfältigen Materialien, Geräten und Werkzeugen grob-, fein- und graphomotorische Fertigkeiten aufbauen • Die sprechmotorischen Fertigkeiten weiterentwickeln und verfeinern | Kindergarten S. 6 | |
| Seelisch-geistiges Gleichgewicht | <p>Anregungen zur Umsetzung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Selbstvertrauen aufbauen und stärken • Realistische Selbsteinschätzung lernen • Träume und Fantasien bewusst werden • Freude an Erfolgserlebnissen vermitteln • Grenzen setzen: ja oder nein sagen können • Mit Frustration umgehen lernen • Erfolg und Misserfolg verkraften lernen | | <p>Flomi</p> <p>Identität</p> <p>Lebensfreude</p> <p>Langeweile</p> |

Kindergarten

| Arbeitsfelder | Grobziele und Anregungen zur Umsetzung | Lehrplan | Lehrmittel |
|---------------------------------|---|-----------------------|---------------------------------|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Eigene Grenzen wahrnehmen und respektieren • In Krisen- und Problemsituationen bei Vertrauenspersonen Hilfe holen lernen • Entspannungsformen kennen und anwenden lernen • Schlaf- und Ruhebedürfnis des Körpers kennen lernen | | Flomi Grenzen |
| Zwischenmenschliche Beziehungen | Grobziele <ul style="list-style-type: none"> • Mit verbalen und nonverbalen Elementen der Kommunikation experimentieren • Eigene Anliegen, Gefühle und Ansichten ausdrücken • Sprechenden Personen zuhören • Den Wissensstand des Gegenübers beim Erzählen zunehmend berücksichtigen lernen • Mit anderssprachigen Menschen kommunizieren • Einfache Gesprächsregeln einhalten | Kindergarten S. 16 | |
| | Grobziele <ul style="list-style-type: none"> • Eigene Interessen und Meinungen ausdrücken, andere Meinungen und Interessen anhören und berücksichtigen lernen • Ansprüche und Bedürfnisse aufschieben oder durchsetzen • Mit Wut und Enttäuschung umgehen lernen • Bedrohungen erkennen und sich dagegen wehren • Nach angemessenen Konfliktlösungen suchen | Kindergarten S. 17 | Flomi Gruppe Aggression |
| | Grobziele <ul style="list-style-type: none"> • Werte für das Zusammenleben im Kindergarten kennen und berücksichtigen • Verschiedenen Werten und Werthaltungen begegnen • Eigene Meinungen äussern lernen • Existentielle Erfahrungen thematisieren | Kindergarten S. 18 | Flomi Gruppe Freundschaft |

Kindergarten

| Arbeitsfelder | Grobziele und Anregungen zur Umsetzung | Lehrplan | Lehrmittel |
|-----------------|---|-----------------------|--------------------|
| | Grobziele <ul style="list-style-type: none"> • Lebenssituationen verschiedener Menschen kennen lernen • Interesse und Verständnis für unterschiedliche Lebensweisen erfahren und besprechen • Gemeinsamkeiten und Unterschiede verschiedener Lebensweisen erfahren und besprechen • Die Einzigartigkeit der Individuen erfahren • Offenheit ändern gegenüber erhalten und gewinnen | Kindergarten S. 19 | Flomi Identität |
| Sexualität | Grobziel <ul style="list-style-type: none"> • Gemeinsamkeiten und Verschiedenheiten der Geschlechter erleben und thematisieren Anregungen zur Umsetzung <ul style="list-style-type: none"> • Ich-Stärke als Mädchen bzw. Knabe entwickeln • Entstehung und Entwicklung eines Kindes kennen lernen • Zärtlichkeit, Berührung, Nähe und Distanz erfahren können • Angenehme und unangenehme Gefühle und Berührungen wahrnehmen und mitteilen können • Über den Körper selber bestimmen | Kindergarten S. 19 | Flomi Grenzen |
| Unfallverhütung | Anregungen zur Umsetzung <ul style="list-style-type: none"> • Sich als Verkehrsteilnehmer sicher im Verkehr bewegen lernen • Gefahrenquellen für Unfälle kennen lernen • Wissen, dass Medikamente und unbekannte Stoffe giftig sein können und nicht ohne Anweisung von Erwachsenen benutzt werden dürfen | | Flomi Risiko |

Kindergarten

4.3.2 Unterstufe

| Arbeitsfelder mit Inhaltsangaben | Grobziele und Anregungen zur Umsetzung | Lehrplan | Lehrmittel |
|---|---|--|--------------------------------------|
| Gesunder – kranker Mensch <ul style="list-style-type: none"> • Gesundheit / Krankheit | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 1: Den eigenen Körper erfahren, seine Bedürfnisse, Reaktionen und Funktionen kennen. | Mensch und Umwelt Gesunder – kranker Mensch S. 23 | Heft 1 Bisch zwäg S. 50 |
| Ernährung <ul style="list-style-type: none"> • Persönlich bedingte Gewohnheiten • Miteinander essen • Einkaufen • Weg der Nahrung im Körper • Ernährungswerte verschiedener Nahrungsmittel • Gesunde Ernährung | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 1: Die eigenen Ess- und Einkaufsgewohnheiten erkennen. • Grobziel 2: Regeln für gesunde Ernährung kennen und anwenden. | Mensch und Umwelt Ernährung S. 18 Mensch und Umwelt Ernährung S. 19 | Heft 3 Genussvoll S. 5 |
| Seelisch-geistiges Gleichgewicht | Anregungen zur Umsetzung <ul style="list-style-type: none"> • Mit Gefühlen bewusst umgehen • Gefühle zulassen und ernst nehmen • Regeln einhalten lernen • Kreativität und Eigeninitiative fördern • Spannungszustände und Entspannungsformen kennen lernen • Grenzen setzen: ja sagen, nein sagen • Grenzen akzeptieren und mit Frustration umgehen können • Eigene Grenzen wahrnehmen | | Heft 2 Balance |

Unterstufe

| Arbeitsfelder mit Inhaltsangaben | Grobziele und Anregungen zur Umsetzung | Lehrplan | Lehrmittel |
|--|---|---|--|
| Zwischenmenschliche Beziehungen <ul style="list-style-type: none"> • Ich und die anderen • Schulanlässe • Öffentliche Feste und Feiern • Feste und Bräuche anderer Kulturen • Schule als Lernort • Schulaktivitäten | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 1: Sich und die Mitschülerinnen und Mitschüler in ihrer Verschiedenheit erfahren und akzeptieren. • Grobziel 3: Durch gemeinsames Arbeiten und Erleben Zusammengehörigkeit erfahren und eigene sowie fremde Feste und Bräuche kennen lernen. • Grobziel 4: Schule als gemeinsamen Arbeitsort erfahren, grössere Vorhaben vorbereiten und durchführen. | <p>Mensch und Umwelt Schule/Familie/Mitmensch S. 37</p> <p>Mensch und Umwelt Schule/Familie/Mitmensch S. 38</p> <p>Mensch und Umwelt Schule/Familie/Mitmensch S. 38</p> | <p>Heft 5 Wir, Ihr und Ich S. 5</p> <p>Heft 5 Wir, Ihr und Ich S. 35</p> |
| Sexualität | Anregungen zur Umsetzung <ul style="list-style-type: none"> • Körperteile in adäquater Sprache benennen • Über den Körper selber bestimmen • Als Opfer von Gewaltanwendung Hilfe holen | | <p>Heft 4 Hautnah S. 41</p> |
| Umweltbewusstsein <ul style="list-style-type: none"> • Persönliche Beziehungen • Tier- und Pflanzenhaltung | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 1: Sich als Teil der Natur wahrnehmen und einen verantwortungsvollen Umgang mit ihr aufbauen. | <p>Mensch und Umwelt Pflanzen/Tiere/Lebensräume S. 31</p> | <p>Heft 3 Genussvoll S. 31</p> |

Unterstufe

4.3.3 Mittelstufe I

| Arbeitsfelder mit Inhaltsangaben | Grobziele und Anregungen zur Umsetzung | Lehrplan | Lehrmittel |
|---|---|--|---|
| Gesunder – kranker Mensch <ul style="list-style-type: none"> • Gesundheit / Krankheit • Sinneswahrnehmungen <ul style="list-style-type: none"> • Schwächen • Behinderungen • Integration und Separation | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 1: Den eigenen Körper erfahren, seine Bedürfnisse, Reaktionen und Funktionen kennen. • Grobziel 4: Mit Schwächen, Krankheiten und Behinderungen umgehen. | Mensch und Umwelt Gesunder – kranker Mensch S. 23 Mensch und Umwelt Gesunder – kranker Mensch S. 25 | Heft 4 Hautnah S. 9 Heft 3 Genussvoll S. 5 Heft 3 Genussvoll S. 12 |
| Ernährung <ul style="list-style-type: none"> • Persönlich bedingte Gewohnheiten • Miteinander essen • Einkaufen <ul style="list-style-type: none"> • Weg der Nahrung im Körper • Ernährungswerte verschiedener Nahrungsmittel • Gesunde Ernährung | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 1: Die eigenen Ess- und Einkaufsgewohnheiten erkennen. • Grobziel 2: Regeln für gesunde Ernährung kennen und anwenden. | Mensch und Umwelt Ernährung S. 18 Mensch und Umwelt Ernährung S. 19 | Heft 3 Genussvoll S. 5 Heft 3 Genussvoll S. 12 |
| Seeelisch-geistiges Gleichgewicht | Anregungen zur Umsetzung <ul style="list-style-type: none"> • Grenzen setzen: ja sagen, nein sagen • Umgang mit Frustrationen • Eigene Grenzen wahrnehmen • Realistische Selbsteinschätzung • Gefühle zulassen und ernst nehmen • Spannungszustände und Entspannungsformen kennen lernen | | Heft 2 Balance S. 28 |
| Zwischenmenschliche Beziehungen <ul style="list-style-type: none"> • Ich und die andern | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 1: Sich und die Mitschülerinnen und Mitschüler in ihrer Verschiedenheit erfahren und akzeptieren. | Mensch und Umwelt Schule / Familie / Mitmensch S. 37 | Heft 5 Wir, Ihr und Ich S. 51 |

Mittelstufe I

| Arbeitsfelder mit Inhaltsangaben | Grobziele und Anregungen zur Umsetzung | Lehrplan | Lehrmittel |
|--|--|---|---|
| | <p>Anregungen zur Umsetzung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Konfliktfähigkeit entwickeln • Verantwortung gegenüber sich selber und gegenüber der Gruppe übernehmen • Mitgestalten und akzeptieren von Regeln und Normen • Als Opfer von Gewaltanwendung Hilfe holen | | |
| <p>Sexualität</p> <ul style="list-style-type: none"> • Geschlechtererziehung • Rollen | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 2: Die eigene Geschlechtlichkeit bejahen, Toleranz gegenüber dem anderen Geschlecht zeigen und das Rollenverhalten reflektieren. <p>Anregungen zur Umsetzung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Körperteile in adäquater Sprache benennen • Sieben Punkte der Prävention vor sexuellem Missbrauch vertiefen und umsetzen • Über den Körper selber bestimmen | <p>Mensch und Umwelt Gesunder – kranker Mensch S. 24</p> | <p>Heft 4 Hautnah S. 31</p> <p>Heft 4 Hautnah S. 41</p> |
| <p>Sucht</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bedürfnisse • Verhalten • Belastungen | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 3: Eigene Gewohnheiten reflektieren, Suchtgefahren erkennen und Verantwortung für die persönliche Gesundheit übernehmen. | <p>Mensch und Umwelt Gesunder – kranker Mensch S. 24</p> | <p>Heft 3 Genussvoll S. 39</p> |
| <p>Umweltbewusstsein</p> <ul style="list-style-type: none"> • Persönliche Beziehungen • Tier- und Pflanzenhaltung (artgerechte Haltung) • Schutzbemühungen und -organisationen | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 1: Sich als Teil der Natur wahrnehmen und einen verantwortungsvollen Umgang mit ihr aufbauen. | <p>Mensch und Umwelt Pflanzen / Tiere / Lebensräume S. 31</p> | <p>Heft 6 Aussen – Innen</p> |

Mittelstufe I

4.3.4 Mittelstufe II

| Arbeitsfelder mit Inhaltsangaben | Grobziele und Anregungen zur Umsetzung | Lehrplan | Lehrmittel |
|---|---|--|--|
| Gesunder – kranker Mensch <ul style="list-style-type: none"> • Gesundheit / Krankheit • Sinneswahrnehmungen <ul style="list-style-type: none"> • Schwächen • Behinderungen • Integration und Separation | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 1: Den eigenen Körper erfahren, seine Bedürfnisse, Reaktionen und Funktionen kennen lernen. • Grobziel 4: Mit Schwächen, Krankheiten und Behinderungen umgehen. | Mensch und Umwelt Gesunder – kranker Mensch S. 23 Mensch und Umwelt Gesunder – kranker Mensch S. 25 | Heft 4 Hautnah S. 9 |
| Ernährung <ul style="list-style-type: none"> • Persönlich bedingte Gewohnheiten • Miteinander essen • Einkaufen <ul style="list-style-type: none"> • Weg der Nahrung im Körper • Ernährungswerte verschiedener Nahrungsmittel • Gesunde Ernährung | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 1: Die eigenen Ess- und Einkaufsgewohnheiten erkennen. • Grobziel 2: Regeln für gesunde Ernährung kennen und anwenden. | Mensch und Umwelt Ernährung S. 18 Mensch und Umwelt Ernährung S. 19 | Heft 3 Genussvoll S. 26 Heft 3 Genussvoll S. 12 |
| Seeelisch-geistiges Gleichgewicht | Anregungen zur Umsetzung <ul style="list-style-type: none"> • Entspannungsformen kennen • Grenzen setzen: ja sagen, nein sagen • Umgang mit Frustration • Eigene Grenzen wahrnehmen • Realistische Selbsteinschätzung lernen • Freizeitgestaltung • Gefühle zulassen und ernst nehmen • Gefühle, verliebt sein, Liebe, Ängste | | Heft 2 Balance S. 20 |

Mittelstufe II

| Arbeitsfelder mit Inhaltsangaben | Grobziele und Anregungen zur Umsetzung | Lehrplan | Lehrmittel |
|---|--|--|---|
| Zwischenmenschliche Beziehungen <ul style="list-style-type: none"> • Ich und die andern • Geschlechtserziehung • Rollen | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 1: Sich und die Mitschülerinnen und Mitschüler in ihrer Verschiedenheit erfahren und akzeptieren. • Grobziel 2: Die eigene Geschlechtlichkeit bejahen, Toleranz dem anderen Geschlecht gegenüber zeigen und das Rollenverhalten reflektieren. <p>Anregungen zur Umsetzung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lernen, Verantwortung gegenüber sich selber und der Gruppe zu übernehmen • Regeln und Normen mitgestalten • Differenzierten und respektvollen Sprachgebrauch pflegen • Träume und Fantasien ausdrücken • Als Opfer von Gewalt Hilfe holen | <p>Mensch und Umwelt Schule/Familie/Mitmensch S. 37</p> <p>Mensch und Umwelt Gesunder – kranker Mensch S. 24</p> | <p>Heft 5 Wir, Ihr und Ich S. 5</p> <p>Heft 4 Hautnah S. 31</p> <p>Heft 4 Hautnah S. 25</p> |
| Sexualität | <p>Anregungen zur Umsetzung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Benennen von Formen der sexuellen Ausbeutung • Lernen, in angstbesetzten Situationen sich selber zu helfen • Bewusstwerden der Wirkung des eigenen Verhaltens • Über den eigenen Körper selber bestimmen • Vertiefen und umsetzen der sieben Punkte der Prävention vor sexuellem Missbrauch | | <p>Heft 4 Hautnah</p> |
| Sucht <ul style="list-style-type: none"> • Bedürfnisse • Verhalten • Belastungen | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 3: Eigene Gewohnheiten reflektieren, Suchtgefahren erkennen und Verantwortung für die persönliche Gesundheit übernehmen. | <p>Mensch und Umwelt Gesunder – kranker Mensch S. 24</p> | <p>Heft 3 Genussvoll S. 46</p> |

4.3.5 Sekundarstufe I

| Arbeitsfelder mit Inhaltsangaben | Grobziele und Anregungen zur Umsetzung | Lehrplan | Lehrmittel |
|--|--|--|--|
| <p>Gesunder – kranker Mensch</p> <ul style="list-style-type: none"> • Umgang mit Stress • Spannung – Entspannung • Regenerationsfähigkeit • Genussfähigkeit • Beziehungen pflegen • Konflikte lösen • Körperbewusstsein, Körperpflege, Körperhaltung • Kleiderwahl, Verarbeitung • Wohnraumgestaltung, Wohnklima • Pflege und Reinigung von Bekleidung und verschiedenen Materialien im Wohnraum • Unfälle im Haushalt | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 8: Einflüsse auf die physische und psychische Gesundheit kennen und für das eigene Wohlbefinden nutzbar machen. | <p>Hauswirtschaft Gesundheit S. 11</p> | |
| <p>Ernährung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Essgewohnheiten • Verpflegungssituationen • Tagesrhythmus • Zwischenverpflegung • Energiebalance • Nahrungsmittelpyramide • Nahrungsbedarf • Menüplanung • Ernährungstrends • Sport und Ernährung • Ernährungsformen, Vegetarismus • Verpflegungsformen, Fast Food • Produktions- und Verarbeitungsmethoden • Frischprodukte – Convenience Food • Trendnahrungsmittel • Nährstoffe, Inhaltsstoffe, Zusatzstoffe | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 4: Eigenes Ernährungsverhalten reflektieren und hinterfragen. • Grobziel 5: Grundsätze der Nahrungsmittelpyramide verstehen und umsetzen • Grobziel 6: Die gesundheitsunterstützende Wirkung von Nahrungsmitteln beurteilen und Konsequenzen für die eigene Ernährung ableiten. | <p>Hauswirtschaft Ernährung S. 10</p> <p>Hauswirtschaft Ernährung S. 10</p> <p>Hauswirtschaft Gesundheit S. 11</p> | <p>Heft 3 Genussvoll S. 10</p> <p>Heft 3 Genussvoll S. 12</p> <p>Heft 3 Genussvoll S. 12</p> |

Sekundarstufe I

| Arbeitsfelder mit Inhaltsangaben | Grobziele und Anregungen zur Umsetzung | Lehrplan | Lehrmittel |
|---|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Unverträglichkeiten, Allergien • Lebensmittelkennzeichnung • Nahrungsmittelgerechte Zubereitung • Sinneserfahrung • Aufbewahrung und Lagerung • Konservierung • Persönliche Hygiene • Hygiene in der Küche | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 7: Bei der Zubereitung und Aufbewahrung von Nahrungsmitteln gesundheitsunterstützende Aspekte kennen und anwenden. | <p>Hauswirtschaft Gesundheit S. 11</p> | |
| Seelisch-geistiges Gleichgewicht | <p>Anregungen zur Umsetzung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Entspannungsformen kennen lernen • Stress/Stressbewältigungsstrategien kennen lernen • Selbstvertrauen aufbauen und stärken • Sich erleben als jemand, der etwas bewirken kann und Dinge anpackt • Grenzen setzen: ja sagen, nein sagen • Umgang mit Frustration • Gefühle zulassen und ernst nehmen • Gefühle wie Verliebtheit, Liebe, Ängste wahrnehmen • Für sich selber einstehen, spüren was gut tut, Verantwortung füreinander tragen | | <p>Stressbewältigung in der Schule und im Alltag</p> <p>Heft 5 Wir, Ihr und Ich S. 5</p> <p>Heft 4 Hautnah S. 17</p> |
| <p>Zwischenmenschliche Beziehungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Eigene Stärken und Entwicklungsmöglichkeiten, Selbstreflexion • Gruppendynamik, Gruppeneinteilungen, Gruppendruck • Verhalten am Tisch, Tischgespräch • Umgangsformen | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 1: Verantwortung für sich und andere übernehmen. | <p>Hauswirtschaft Gesellschaft S. 10</p> | <p>Heft 5 Wir, Ihr und Ich S. 5</p> |

| Arbeitsfelder mit Inhaltsangaben | Grobziele und Anregungen zur Umsetzung | Lehrplan | Lehrmittel |
|--|---|--|--|
| Zwischenmenschliche Beziehungen <ul style="list-style-type: none"> • Geschlechterrolle • Arbeitsverteilung • Lebensformen, Lebensräume • Wohnformen – Wohnrealitäten • Verpflegungssituationen • Nahrungsmittelauswahl • Verschiedene Kulturen <ul style="list-style-type: none"> • Diskussionsformen und -regeln, Mimik, Gestik, Feedback, aufeinander eingehen (aktiv zuhören), Umgangston, Gefühle äussern <ul style="list-style-type: none"> • Rollen in der Gruppe, Klasse, Geschlechterrolle, Vorgesetztenrolle, Charaktertypen, Rollenfixierung <ul style="list-style-type: none"> • Anordnungen in der Klasse, Schulhausordnung, Reglemente, Verbote, Lagerordnung, Schulgesetz, Vorschriften <ul style="list-style-type: none"> • Handlungsspielraum kennen, Aktivitäten planen und durchführen in Schule, Freizeit, Familie, Gruppe <ul style="list-style-type: none"> • Spannungen, Stimmungsschwankungen, physische Gewalt, psychische Gewalt, Ursachen, Formen, Auswirkungen von Aggression in Taten, Sprache, Medien, Brutalverbot | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 2: Zusammenhänge individueller und gemeinschaftlicher Ansprüche erkennen und verantwortungsbewusst handeln. <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 10: Kommunikation verbessern. <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 11: Typische Rollenverhalten erkennen und beurteilen. <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 12: Sinn und Folgen von Vorschriften beurteilen. <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 13: Mitbestimmungsmöglichkeiten wahrnehmen und Verantwortung übernehmen. <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 14: Mit Aggression umgehen lernen. | <p>Hauswirtschaft Gesellschaft S. 10</p> <p>Lebenskunde Miteinander reden und arbeiten S. 13</p> <p>Lebenskunde Miteinander reden und arbeiten S. 13</p> <p>Lebenskunde Miteinander reden und arbeiten S.13</p> <p>Lebenskunde Miteinander reden und arbeiten S. 13</p> <p>Lebenskunde Konfliktfähig werden S. 14</p> | <p>Heft 4 Hautnah S. 27</p> <p>Heft 5 Wir, Ihr und Ich</p> <p>Heft 4 Hautnah S. 27</p> <p>Heft 5 Wir, Ihr und Ich S. 43</p> |

| Arbeitsfelder mit Inhaltsangaben | Grobziele und Anregungen zur Umsetzung | Lehrplan | Lehrmittel |
|---|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Möglichkeiten und Grenzen der Konfliktbewältigung, Streit, Verzeihen • Schuldabwälzung: Schwarzer Peter, Sündenbock, Hackordnung, Rechtfertigung, Unterwerfung, Ausweichen, Streik, Verharmlosung, Verdrängung, Gewöhnung • Formen (Lampenfieber, Existenzangst, Hemmungen ...) • Formen von Strafen, Absichten, Nutzen • Kontaktformen (Spiele, gemeinsame Erlebnisse wie Feste, Wanderungen, Sportanlässe, Aktionen), Klassengeist, Barrieren, Gruppenbildungen • Formen von Anerkennung, Absicht, Auswirkungen • Anstandsregeln, Toleranz, Entschuldigungen, Belästigungen, (Lärm, Körpergeruch ... Anpassung) | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 15: Konflikte fair austragen. • Grobziel 16: Scheinlösungen der Konfliktbewältigung erkennen und verhindern. • Grobziel 17: Ängste bei sich und andern erkennen und damit umgehen lernen. • Grobziel 18: Sinn und Folgen von Strafen beurteilen. • Grobziel 19: Zwischenmenschliche Kontakte suchen und pflegen. • Grobziel 20: Anerkennung geben und bekommen. • Grobziel 21: Aufeinander Rücksicht nehmen, Umgangsformen pflegen. | <p>Lebenskunde Konfliktfähig werden S. 14</p> <p>Lebenskunde Konfliktfähig werden S. 14</p> <p>Lebenskunde Konfliktfähig werden S. 14</p> <p>Lebenskunde Konfliktfähig werden S. 14</p> <p>Lebenskunde Gemeinschaftssinn entwickeln S. 15</p> <p>Lebenskunde Gemeinschaftssinn entwickeln S. 15</p> <p>Lebenskunde Gemeinschaftssinn entwickeln S. 15</p> | <p>Heft 5 Wir, Ihr und Ich S. 43</p> <p>Heft 5 Wir, Ihr und Ich S. 43</p> <p>Heft 2 Balance S. 15</p> <p>Heft 5 Wir, Ihr und Ich</p> <p>Heft 5 Wir, Ihr und Ich S. 24</p> |

Sekundarstufe I

| Arbeitsfelder mit Inhaltsangaben | Grobziele und Anregungen zur Umsetzung | Lehrplan | Lehrmittel |
|--|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Spick, Lüge, fremdes Eigentum | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 22: Ehrlich und offen sein. | Lebenskunde Gemein- schaftssinn entwickeln S. 15 | |
| Sexualität <ul style="list-style-type: none"> • Körperliche Veränderungen bei Jungen und Mädchen bis zur Adoleszenz (18. Altersjahr) • Menstruation • Psychische Veränderungen: Spannungen, Stimmungsphasen, Idolglaube, Krisenerscheinungen, Anpassung / Auflehnung ... • Neue Wertvorstellungen, Standpunkte, Ablösungsärger, neue Eigenständigkeit • Rolle der Eltern • Neue Rechte und Pflichten • Aussehen, Ich-Stärken, Ich-Schwächen, Gruppenzwänge • Traumvorstellungen, Realitätsbezug, Erwartungen, Ängste, Traumpartner /-in • Kontaktformen, Begegnungsorte • Eigene Bedürfnisse • Gefahren • Liebeskummer, Eifersucht • Lebensformen: mit / ohne Partner /-in • Trauschein | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 1: Körperliche und psychische Veränderungen wahrnehmen. • Grobziel 2: Sich von der Kindheit neu lösen und neu orientieren. • Grobziel 3: Selbstwertgefühl stärken. • Grobziel 4: Sich der eigenen Ansprüche an eine Freundschaft bewusst werden. • Grobziel 5: Beziehungen aufbauen. • Grobziel 6: Über künftige Lebensformen und persönliche Lebensziele nachdenken. | Lebenskunde Pubertät S. 26 Lebenskunde Pubertät S. 26 Lebenskunde Pubertät S. 26 Lebenskunde Freundschaft und Liebe S. 26 Lebenskunde Freundschaft und Liebe S. 27 Lebenskunde Freundschaft und Liebe S. 27 | Heft 4 Hautnah S. 47 Heft 5 Wir, Ihr und Ich, S. 5 Heft 4 Hautnah S. 36 Heft 4 Hautnah S. 36 Heft 4 Hautnah S. 36 |

| Arbeitsfelder mit Inhaltsangaben | Grobziele und Anregungen zur Umsetzung | Lehrplan | Lehrmittel |
|--|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Vorstellungen über die Rolle als zukünftige Frau / Mutter, als zukünftiger Mann / Vater • Vorstellungen über die Rollenverteilung in Haushalt, Erziehung, Erwerbstätigkeit • Wortschatz, Tabus, Selbstbefriedigung • (Sexual)-Hygiene • Frühreife, Spätreife • Gruppendruck • Ein richtiger Junge • Ein richtiges Mädchen • Vorteile, Nachteile • Verhaltensnormen • Heterosexualität, Homosexualität, Bisexualität, Promiskuität, Strich, Inzest, sexueller Missbrauch • Gesetz, Ethik • Sexmarkt, Werbung, Sexidole, Sextourismus (3. Welt) • Normen, Standpunkte, Selbstverantwortung • Körperliche Kontakte: Kuss, Petting, Geschlechtsverkehr • Schutzalter • Symptome, Schutz, Heilung | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 7: Mit der eigenen Sexualität zu recht kommen. • Grobziel 8: Geschlechtsspezifisches Verhalten reflektieren. • Grobziel 9: Formen des Sexualverhaltens kennen. • Grobziel 10: Die Vermarktung der Sexualität beurteilen. • Grobziel 11: Sich mit Normen auseinandersetzen und einen eigenen verantwortbaren Weg finden. • Grobziel 12: Geschlechtskrankheiten kennen und sich davor schützen. | <p>Lebenskunde Sexuelles Verhalten S. 27</p> <p>Lebenskunde Sexuelles Verhalten S. 27</p> <p>Lebenskunde Sexuelles Verhalten S. 28</p> <p>Lebenskunde Sexuelles Verhalten S. 28</p> <p>Lebenskunde Sexuelles Verhalten S. 28</p> | <p>Heft 4 Hautnah S. 47</p> <p>Heft 4 Hautnah S. 27</p> <p>Heft 4 Hautnah S. 47</p> <p>Heft 4 Hautnah S. 57</p> |

| Arbeitsfelder mit Inhaltsangaben | Grobziele und Anregungen zur Umsetzung | Lehrplan | Lehrmittel |
|--|---|---|----------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> • Fruchtbarkeitszyklus, Erbkrankheiten, Inzucht, Wechseljahre, Schwangerschaftstest • Beratungsstellen • Schwangerschaft und Suchtmittel | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 13: Wissen über Zeugung, Schwangerschaft und Geburt ergänzen. | Lebenskunde Zeugung, Schwangerschaft, Geburt S. 29 | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Aussehen, Eigenschaften, Talente | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 14: Wahrnehmen, wie weit Aussehen und Verhalten von der Vererbung geprägt sind. | Lebenskunde Zeugung, Schwangerschaft, Geburt S. 29 | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Methoden, Handhabung, Vorteile, Nachteile • Zuverlässigkeit (Pearlindex) • Schwangerschaftsabbruch • Normen, Ethik • Bevölkerungsexplosion | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 15: Die Möglichkeiten und Wirkungsweise der Mittel der Empfängnisregelung kennen. | Lebenskunde Empfängnisregelung S. 29 | Heft 4 Hautnah S. 53 |
| <ul style="list-style-type: none"> • AIDS, HIV, HIV-infiziert, aidskrank, Krankheitsverlauf, Epidemiologie, HIV-Antikörpertest, Abwehrsystem, Beratungsstellen | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 16: AIDS als tödliche Gefahr ernst nehmen. | Lebenskunde Empfängnisregelung S. 30 | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Risikohafte Verhaltensweisen, Schutzmassnahmen, Handhabung des Kondoms | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 17: Ansteckungsrisiken und Schutzmassnahmen kennen. | Lebenskunde Empfängnisregelung S. 30 | |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 18: Infizierten gegenüber Verständnis zeigen. | Lebenskunde Empfängnisregelung S. 30 | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Sexuelle Ausbeutung | <p>Anregungen zur Umsetzung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Benennen von Formen der sexuellen Ausbeutung • Lernen, in angstbesetzten Situationen sich selber zu helfen | | |

| Arbeitsfelder mit Inhaltsangaben | Grobziele und Anregungen zur Umsetzung | Lehrplan | Lehrmittel |
|---|--|---|-----------------------------------|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Bewusst werden der Wirkung des eigenen Verhaltens • Über den eigenen Körper selber bestimmen | | |
| Sucht <ul style="list-style-type: none"> • Alkohol, Nikotin, Drogen, Medikamentensucht, Esssucht, Bulimie, Magersucht, Spielsucht, Fernsicht, Musiksucht ... • Suchtursachen, Gefahren, Legalität, Suchtmittel, Suchttätigkeiten, Suchtverhalten | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 9: Sucht von Genuss unterscheiden und Gefahren erkennen. | Lebenskunde Eigenverantwortung übernehmen S. 12 | Heft 3 Genussvoll S. 36 |
| Umweltbewusstsein <ul style="list-style-type: none"> • Saisonnahrungsmittel • Anbaumethoden • Tierhaltung • Industrielle Verarbeitung • Transportwege • Arbeitsbedingungen • Informationsquellen für KonsumentInnen | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 17: Produktion von Nahrungsmitteln und Konsumgütern kritisch hinterfragen und Einflussmöglichkeiten als KonsumentIn erkennen. | Hauswirtschaft Ökologie S. 13 | Heft 6 Aussen – Innen S. 58 |
| <ul style="list-style-type: none"> • Kennzeichnung • Labels • Werbung • Informationsquellen für KonsumentInnen | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 18: Produktedeklaration verstehen und beim Einkauf gezielt nutzen. | Hauswirtschaft Ökologie S. 13 | Heft 3 Genussvoll S. 27 |
| <ul style="list-style-type: none"> • Umgang mit Rohstoffen, Ressourcen • Energieverbrauch, graue Energie, erneuerbare Energie • Wasserverbrauch • Verpackung, Abfall, Recycling • Nahrungsmittel, Bekleidung, Sportartikel, Elektronikgeräte | <ul style="list-style-type: none"> • Grobziel 19: Rohstoff- und Energieverbrauch von Konsumgütern vergleichen und ökologische Konsumententscheidungen fällen und begründen. | Hauswirtschaft Ökologie S. 13 | |

5 Ausblick

Damit Gesundheitsförderung und Prävention an Zuger Schulen umgesetzt werden kann, stehen den Lehrpersonen und Teams bereits viele Angebote zur Verfügung. Inskünftig werden diese erweitert.

A) Information und Kommunikation

Die Lehrpersonen können laufend vom aktuellen Stand der Fachinformationen und von den Angeboten der Fachstellen profitieren:

Bestehende Informationskanäle

- Publikation von Projekten, Workshops der Fachstellen (Rundbriefe an Schulen und Ausschreibungen in der Zuger Schulinfo)
- Internet-Seiten mit Projektangeboten, Downloads und Links
- Bibliotheken der Fachstellen (Info-Broschüren, Ausleihe von Lehrmitteln)

Geplante Neuerungen (in Abklärung)

- Regelmässige Informationen zu Gesundheitsförderung und Prävention in der Zuger Schulinfo
- Internetplattform zu Gesundheitsförderung und Prävention an Schulen
- Koordination der Angebote verschiedener Fachstellen

B) Angebote zu Schule als gesundheitsfördernde Lebenswelt

Viele Themen der Gesundheitsförderung und Prävention betreffen die ganze Schule. Folgende Projekte und Angebote können Schulen und Teams nutzen:

Bestehende Projekte

- **Schulklima:** Die Schule lässt zwei Kontaktlehrpersonen ausbilden, welche Gesundheitsförderung und Prävention als konstante Aufgabe in der Schule verankern und umsetzen helfen. Die Kontaktlehrpersonen erhalten Beratung bei der Umsetzung konkreter Projekte an ihrer Schule im Rahmen der Ausbildung.
- **Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen:** Die Schule tritt dem Netzwerk bei und legt Ziele und Schwerpunkte der Gesundheitsförderung für zwei Jahre fest. Sie profitiert in dieser Zeit von Austauschtreffen mit andern Schulen in der ganzen Schweiz, von nationalen Fachtagungen und von Projektbeiträgen.
- Beratung und Schulung zu Gesundheitsförderung, Prävention und Früherkennung: Fachstellen im Kanton Zug unterstützen Ihre Schule bei der Planung und Umsetzung von Massnahmen. Sie bieten auf Anfrage Schulhausinterne Weiterbildungen (SCHILW) zu diesen Themen an.

Geplante Neuerungen (in Abklärung)

- Regionale Vernetzung der Gesundheitsfördernden Schulen
- Entwicklung von Modulen zur Früherkennung durch die Fachstellen, die allen Schulen zur Verfügung stehen
- Werbung für die Beteiligung der Zuger Schulen am «Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen» und an der Ausbildung «Schulklima»

C) Angebote zu Gesundheitsförderung und Prävention im Unterricht

Die Lehrpersonen können Themen der Prävention und Gesundheitsförderung im Unterricht umsetzen und erhalten dabei Unterstützung durch Fachstellen:

Bestehende Angebote und Projekte

- Beratung zur Umsetzung von Prävention und Gesundheitsförderung im Unterricht durch Fachstellen (Ziele, Inhalte, bestehende Lehrmittel, etc.)
- Dokumentation: Abgabe Info-Broschüren, Ausleihe von Lehrmitteln, Videos, etc.
- Kurse der Lehrerinnen- und Lehrerweiterbildung
- Projekte und Workshops zu verschiedenen Themen für Klassen (auch als Unterrichtseinheiten in Projektwochen zum Thema Gesundheit einsetzbar)
- Vermittlung von nationalen Projekten, Theaterangeboten, Ausstellungen, Fachleuten durch Zuger Fachstellen

Geplante Neuerungen (in Abklärung)

- Integration von Gesundheitsförderung und Prävention in die Ausbildung von Lehrpersonen in Zusammenarbeit mit der Pädagogischen Hochschule Zentralschweiz
- Intensivierung der Angebote in der Lehrerinnen- und Lehrerweiterbildung

6 Literaturverzeichnis

Konzepte und Umfragen Kanton Zug

- Bürgisser T., Tröndle N., Zürcher G.: *Zuger Suchtpräventionskonzept*. Rahmenkonzept zur koordinierten Vorbeugung von Suchtproblemen und zur psychosozialen Gesundheitsförderung im Kanton Zug. Zug 1996
- Bürgisser T., Zürcher G.: *Umfrage zur Gesundheitsförderung an Zuger Schulen*. Zug 1998
- Direktion für Bildung und Kultur des Kantons Zug: *Ganzheitlich stützen und fördern*. Zug 1999
- Pfister T., Zollinger K.: *Rahmenkonzept Gesundheitsförderung und Prävention im Kanton Zug*. Gesundheitsdirektion des Kantons Zug. Zug 2003
- Zollinger K., Pfister T.: *Gesundheitsförderung und Prävention im Kanton Zug*. Umfrage bei Fachpersonen zur Erfassung von Ist-Zustand, Bedarf und Bedürfnissen. Zug 2002

Lehrpläne

- Lehrplan Mensch und Umwelt, Kanton Zug 1993/2000
- Lehrplan Lebenskunde, Kanton Zug 1995/2001
- Lehrplan Kindergarten, Kanton Zug 2001
- Lehrplan Hauswirtschaft, Kanton Zug 2002

Lehrmittel Gesundheitsförderung, diverse Themen

- Andreina L., Bürgisser T., Lehner H.-P.: *Heldengeschichten*. Werkbuch zur jungen- und männerspezifischen Suchtprävention und Gesundheitsförderung. Eigenverlag Suchtprävention Zug, Zug 2002
- Barkholz U., Israel G., Paulus P., Posse N.: *Gesundheitsförderung in der Schule*. Ein Handbuch für Lehrerinnen und Lehrer aller Schulformen. Lehrerfortbildung in Nordrhein-Westfalen, Verlag für Schule und Weiterbildung, DruckVerlag Kettler GmbH, Postfach 1150, D-59193 Bönen, 1998
- Buddeberg-Fischer B., Ritzmann P.: *Auf dem Weg zu einer Gesundheitsfördernden Schule*. Ein Bericht aus dem Schulalltag. Haupt Verlag, Bern, Stuttgart, Wien 2000
- Bürgisser T.: *Mega Zoff Gewaltprävention*. Unterrichtspaket für die Mittelstufe 2 zum Buch «Mega Zoff» von Carlo Meier, Eigenverlag Suchtprävention Zug, Zug 2001
- Hrsg. Fachteam Suchtprävention des Kantons Aargau: *Flomi... oder das verlorene Ohr*. Ein Unterrichtskonzept für die (Sucht-)Prävention in Kindergarten, Basis- und Grundstufe, Aarau 2000
- Priebe B., Israel G., Hurrelmann K.: *Gesunde Schule – Gesundheitserziehung, Gesundheitsförderung, Schulentwicklung*. Beltz Verlag, Basel 1993
- Steiner H., u.a.: *Stressbewältigung in der Schule und im Alltag*. Hintergrundinformationen, Tipps, Impulse zur Bewältigung. Wagus, Sempach/Lyss 1999
- Wettstein F., Beck O.F., Autorenteam: *Gesundheitsförderung in der Schule*. Materialien für den Unterricht. Lehrmittelverlag des Kantons Aargau und ilz. Buchs b. Aarau 1996–1999. Das Lehrmittel gibt es in einer Version für die Primarschule und einer Version für die Oberstufe. Beide Ausgaben bestehen aus Heften zu folgenden Themen:
 - Heft 1: Bisch zwäg, Einführung
 - Heft 2: Balance, Spannung – Bewegung – Entspannung

Heft 3: Genussvoll, Ernährung – Konsum – Suchtprävention

Heft 4: Hautnah, Körperwahrnehmung – Beziehung – Sexualität

Heft 5: Wir, Ihr und ich, Psychisches und Soziales Wohlbefinden

Heft 6: Aussen – Innen, Umwelteinwirkungen auf die Gesundheit

Lehrmittel Suchtprävention

- Bürgisser T.: *Literatur und Suchtprävention*. Unterrichtspaket für die Mittelstufe 2 zum Buch «Übergabe drei Uhr morgens» von Carlo Meier, Eigenverlag Suchtprävention Zug 1999
- Winnewisser E., Treichler J.: *Sucht Drogen Prävention*. Eine Lektionsreihe für das 6. – 10. Schuljahr. Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich. Verlag der Sekundarlehrerkonferenz des Kantons Zürich SKZ, Zürich 1997

Lehrmittel Sexualerziehung / Sexualpädagogik / AIDS-Prävention

- *Beziehungsweise*. Materialien und Arbeitshilfen zu Liebe, Erotik und Sexualität. CD-Rom. Fachstelle für AIDS- und Sexualfragen St. Gallen, Tellstrasse 4, Postfach 8, 9001 St. Gallen
- Rhyner T., Zumwald B.: *Coole Mädchen – starke Jungs*. Ratgeber für eine geschlechterspezifische Pädagogik, Haupt 2002
- Sielert U., u.a.: *Sexualpädagogische Materialien für die Jugendarbeit in Freizeit und Schule*. Primar- und Oberstufe. Beltz 1993
- Valtl K.: *Sexualpädagogik in der Schule*. Didaktische Analysen und Materialien für die Praxis. Primar- und Oberstufe. Beltz 1998

Lehrmittel Sexualisierte Gewalt

- Böhmer A.: *Fühlen – Wahrnehmen – Handeln*: Materialien zur Prävention von sexuellem Missbrauch,
- Braun G.: *Ich sag NEIN*: Arbeitsmaterialien gegen sexuellen Missbrauch an Mädchen und Jungen. 1989, Primarschule
- Huser-Studer J., Leuzinger R.: *Grenzen – Sexuelle Gewalt gegen Kinder und Jugendliche*. Grundwissen und Prävention. Ein Leitfaden für Lehrkräfte aller Stufen und Erziehende. ELK, Zürich 1992
- Mezger E., Weller E.: *Rosa vom See*: Bilderbuch mit pädagogisch-therapeutischen Begleitmaterialien. Verlag Donna Vita, Ruhnmark 1998
- Pfister Th., Bucher I., Lussi B., Melliti B.: *stark und sicher*. Leitfaden zur Prävention sexueller Gewalt. Verlag pro juventute, Zürich 2000

Fachliteratur Gesundheitsförderung

- Antonovsky A.: *Salutogenese – zur Entmystifizierung der Gesundheit*. Deutsche Herausgabe von Alexa Franke. Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie, Tübingen 1997
- Glasl F., Lievegoed B.: *Dynamische Unternehmensentwicklung*. Bern, Haupt 1996
- Weltgesundheitsorganisation WHO: *Ottawa-Charta zur Gesundheitsförderung*, 1986
- Wildt B., Hrsg.: *Gesundheitsförderung in der Schule*. Luchterhand Verlag, Neuwied, Kriftel Berlin 1997
- Radix Gesundheitsförderung (Hrsg.): *Rundbrief – Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen*, Nr. 6 vom Dezember 1998 (darin Artikel von Siegfried Seeger)

7 Fachstellen der Gesundheitsförderung und Prävention

Kanton Zug

Stelle, Adresse, Tel., E-Mail

Angebot

AIDS-Hilfe Zug

Zeughausgasse 9, 6300 Zug
Tel. 041 710 48 65, Fax 041 710 48 74
www.zug.ch/aidshilfe
aidsinfo@zugernet.ch

- Lehrerinnen- und Lehrerweiterbildung
- Mediothek/Dokumentation
- HIV/Aids-Prävention
- Module zu den Themen: Sexuelle Identität, Beziehung, Sexualität, Kommunikation, Stress- und Risikomanagement.

LesBiSchwul

Tel. 041 710 48 75, (Do 17.00 – 20.00 Uhr)
www.zugernet.ch/users/lesbischwul
lesbischwul@zugernet.ch

- Beratung und Information zum Thema Homosexualität
- Ein Angebot der AIDS Hilfe Zug

Beauftragter für Gesundheitsförderung

Verwaltungsgebäude am Postplatz
Postfach 455, 6300 Zug
Tel. 041 728 35 42, Fax 041 728 35 35
thomas.pfister@gd.zg.ch

- Stabstelle der Gesundheitsdirektion
- Mitarbeit bei Konzeptentwicklung und -umsetzung

Direktion für Bildung und Kultur des Kantons Zug

Baarerstrasse 19, 6300 Zug
Tel. 041 728 39 12, Fax 041 728 31 89
gudrun.ormanns@dbk.zg.ch

- Ansprechperson der Direktion für Bildung und Kultur zu Fragen der Gesundheitsförderung

Frauenzentrale Zug

Sexual- und Schwangerschaftsberatung
Tirolerweg 8, 6300 Zug
Tel. 041 725 26 40, Fax 041 725 26 41
www.zug.ch/frauenzentrale
ssb@frauenzentralezug.ch

- Sexual- und Schwangerschaftsberatung
- Sexualpädagogik
- Prävention von sexueller Gewalt

Kinderschutzgruppe Baar

Sozialdienst Baar
Tel. 041 769 07 20, Fax 041 769 07 90
hubert.schuler@baar.zg.ch

- Beratung und Begleitung bei Verdacht, Hinweis oder Ereignissen jeglicher Form von Gewalt gegenüber Kindern und Jugendlichen
- Information und Sensibilisierung von Lehrpersonen im Bereich Kinderschutz

Mobile Jugendarbeit Zug

Unter Altstadt 38, 6300 Zug
Tel. 041 711 31 45, moju@punkto-zug.ch
www.punkto-zug.ch

- Überlebenshilfe
- Jugendarbeit
- Migration
- Projekt Mittagsbeiz

punkto Jugend und Kind

Bundesplatz 12, 6300 Zug
Tel. 041 728 34 40
mail@punkto-zug.ch

- Zuger Fachstelle für Jugend- und Familienberatung, Kinderschutz, Jugendförderung, mobile Jugendarbeit

Schule und Elternhaus Zug

Geschäftsstelle
Frau Brigitta Merenda
Schutzengelstrasse 6a, 6340 Baar
www.schule-elternhaus.ch/zg
merenda@datazug.ch

- Vermittlerrolle zwischen Eltern, Lehrpersonen und Behörden
- Zusammenarbeit mit anderen Organisationen
- Beteiligung am schulpolitischen Meinungsbildungsprozess
- Engagement für ein positives Schulumfeld

Schulpsychologischer Dienst des Kantons Zug

Chamerstrasse 22, 6300 Zug
Tel. 041 728 31 92, Fax 041 728 39 91
info.spd@dbk.zg.ch

- Beratungsstelle für Lehrpersonen und Eltern

Suchtprävention Zug

Ägeristrasse 56, 6300 Zug
Tel. 041 728 35 19, Fax 041 728 24 63
www.zug.ch/sucht
suchtpraevention@gd.zg.ch

- Gesundheitsförderung
- Suchtprävention
- Schulung, Beratung, Prozessbegleitung
- Dokumentation, Projekte

Zentralschweiz

Bildungsplanung Zentralschweiz

Zentralstrasse 18, 6003 Luzern
Tel. 041 226 00 60, Fax. 041 226 00 61
www.bildungsplanung-zentral.ch
monika.mettler@bildungsplanung-zentral.ch

- Arbeitsgruppe Gesundheitsförderung
- Projekt «Schulklima» Ausbildung von Kontaktlehrpersonen für Gesundheitsförderung

HSA

Hochschule für Sozialarbeit
Fachbereich Prävention
Werftstrasse 1, Postfach 3252, 6002 Luzern
Tel. 041 367 48 48, Fax 041 367 48 49
kgschwind@hsa.fhz.ch

- Weiterbildungen
- Projektmanagement
- Konzeptentwicklung, Beratung
- Interne Weiterbildungen, Evaluation

ZEBIS

Zentralschweizer Bildungsserver
www.zebis.ch

- Internetseite für alle Themen rund um das Bildungswesen in der Zentralschweiz

Nationale Stellen

Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention

Effingerstrasse 40, 3001 Bern
Tel. 031 389 92 46
www.at-schweiz.ch

- Alles zum Thema Tabakprävention, Tabakentwöhnung und Tabakpolitik

Bfu

Laupenstrasse 11, Postfach 8236
3001 Bern,
www.bfu.ch

- Sicherheitstool für Schulen

Bundesamt für Gesundheit

www.admin.ch/bag/d/index.htm

- bildung + gesundheit – Netzwerk Schweiz: gemeinsames Rahmenprogramm des BAG mit der EDK und Gesundheitsförderung Schweiz

Gesundheitsförderung Schweiz

Dufourstrasse 30, Postfach 311, 3000 Bern 6
Tel. 031 350 04 04, Fax 031 368 17 00
www.gesundheitsfoerderung.ch
www.lebensqualitaet.ch
www.quint-essenz.ch
office.bern@promotionsante.ch

- bildung + gesundheit – Netzwerk Schweiz
- Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen
- Projekt Zwäg
- jung&stark, Netzwerk für Konfliktarbeit mit Kindern und Jugendlichen
- Projekte im Freizeitbereich
- Aktion zum Thema Ernährung
- Quint-Essenz: Tools zur Qualitätsförderung

→ Fortsetzung auf der nächsten Seite

Infoset Direct

www.infoset.ch

jung&stark, pro juventute

c/o pro juventute, Seehofstrasse 15

Postfach, 8032 Zürich

Tel. 01 256 77 93, Fax 01 256 77 78

www.projuventute.ch

info@jungundstark.ch

- Alles zu Gesundheitsförderung und Sucht

- Netzwerk «jung&stark» zu Gewalt und Suizid bei Kindern und Jugendlichen

Pädagogische Hochschule Zürich**(Pestalozzianum)**

Gaugerstrasse 3, Postfach, 8035 Zürich

Tel. 01 360 48 00

www.pestalozzianum.ch

info@pestalozzianum.ch

- Weiterbildung
- Beratung
- Dokumentationsstelle Medien-Lab
- Forschung für alle Schulfragen

Radix Gesundheitsförderung

Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen

Habsburgerstrasse 31, 6003 Luzern

Tel. 041 210 62 10

www.radix.ch

- Organisation des Netzwerkes
- Organisation von Tagungen und Weiterbildungen

Schule und Elternhaus, S&E Schweiz

Zentralsekretariat

Laupenstrasse 45, 3008 Bern

Tel. 031 381 91 34, Fax 031 381 91 31

www.schule-elternhaus.ch

info@schule-elternhaus.ch

- Das Zentralsekretariat koordiniert die Tätigkeiten auf eidgenössischer Ebene. Es ist Anlauf- und Auskunftsstelle. Die vereinseigene Zeitschrift «aktuell» informiert über Dauerbrenner und aktuelle Themen. Zu anderen gesamtschweizerischen Organisationen auf dem Gebiet der Elternbildung sowie mit Bundesbehörden unterhält S&E Kontakte.

Schweizerische Fachstelle**für Alkohol- und andere Suchtprobleme****SFA – ISPA**

1001 Lausanne, 021 321 29 11

info@sfa-ispa.ch

www.sfa-ispa.ch

- Informationen
- Projekte
- Fachbücher
- Didaktisches Material
- Statistische Informationen

Stiftung Umweltbildung Schweiz

c/o Lebensraum Schule

Rebbergstrasse, 4800 Zofingen

- Materialien und Projekte zur Umweltbildung

Weltgesundheitsorganisation WHO

Büro Europa: www.who.dk

WHO international: www.who.org

- Daten zur Gesundheit

Zentrum für Migration und Gesundheit SRK

Rainmattstrasse 10, Postfach, 3001 Bern

Tel. 031 387 71 11

zentrum.miges@redcross.ch

siehe auch: www.miges.ch

- Weiterbildung für Fachpersonen des Gesundheits- und Sozialbereichs in transkulturellen Fragen
- Gesundheitskurse und Gesundheitsförderung für MigrantInnen
- Konfliktbearbeitung in Migrationskontexten, Traumatisierung