

# Konzept Gesundheitsförderung und Prävention

## Gewerblich-industrielle Berufsfachschule Muttenz

### 1. Grundsatz

***"Jedes Kind und jeder junge Mensch in Europa hat das Recht und sollte die Möglichkeit haben, in einer gesundheitsfördernden Schule zu lernen."***

***(Konferenz WHO)***

- Die GIB Muttenz steht hinter diesem Ziel.
- Sie zählt zu den gesundheitsfördernden Schulen des Kantons Basel-Landschaft.
- Sie strebt den Beitritt zum schweizerischen Netzwerk gesundheitsfördernder und nachhaltiger Schulen „Schulnetz21“ an.

Die gesundheitsfördernde Schule gründet auf einem sozialen Modell von Gesundheit, das Gewicht auf die organisatorische Gesamtstruktur der Schule legt, sich aber ebenso sehr auf den einzelnen Schüler konzentriert.

Im Mittelpunkt steht der Mensch, der als ganzheitliche Person in einer dynamischen Umwelt gesehen wird. Das Konzept schafft einen stützenden sozialen Rahmen, der Visionen, Auffassungen und Haltungen aller, die in der Schule leben, arbeiten und lernen, beeinflusst. Dadurch soll eine positive Atmosphäre entstehen, in der junge Menschen gute Beziehungen knüpfen und Entscheide treffen können. Die Entwicklung von Wertvorstellungen und Haltungen wird ermöglicht und unterstützt.

Das Europäische Netzwerk Gesundheitsfördernde Schulen zeigt, dass die erfolgreiche Umsetzung der Konzepte, Prinzipien und Methoden wesentlich zu den Lernerfahrungen junger Menschen beitragen kann, die in diesen Schulen leben und arbeiten. Dazu übt das Netzwerk einen positiven Einfluss auf alle aus, die an Schulen lehren, die Schule verwalten, erhalten und die Schulgemeinschaft unterstützen.

## 2. Ziele

Die Gesundheitsförderung ist Teil der Schul-, Qualitätsentwicklung und der Qualitätssicherung.

Sie will vor allem:

- Informationen über Gesundheit vermitteln
- das Gesundheitspotential aller Beteiligten erkennen und erweitern
- theoretische und praktische Angebote zu „gesundem Leben“ vermitteln
- die Gesundheitserziehung stufengerecht initiieren
- die zur Verfügung stehenden Ressourcen im Bereich „Sport“ und „ABU“ (Allgemeinbildung) ideenreich und vielfältig ein- und umsetzen
- Mit vielfältigen und neuen Lehr- und Lernmethoden das Lernklima und die Arbeitszufriedenheit verbessern

## 3. Organisation

- Die Schulleitung setzt eine **Arbeitsgruppe Gesundheitsförderung** ein. Die Arbeitsgruppe ist der Schulleitung unterstellt.
- Diese Arbeitsgruppe setzt sich mit den Anliegen im Rahmen der Gesundheitsförderung möglichst aller Angehöriger der Schule auseinander (Lehrpersonen, Schüler, Sekretariate, technische Assistenz, Eltern, Schulrat). In einem jährlichen Treffen soll die Umsetzung der Gesundheitsförderung den Anliegen der verschiedenen Bereiche angepasst und berücksichtigt werden.
- Im entsprechenden Pflichtenheft sind Aufgaben und Kompetenzen der Arbeitsgruppe geklärt.
- Die AG plant, formuliert und führt die jährlichen Aktivitäten der Gesundheitsförderung durch.
- Das Pflichtenheft umschreibt das Anforderungsprofil des Leiters der Arbeitsgruppe. Es wird in Zusammenarbeit mit dem Leiter der Arbeitsgruppe durch die Schulleitung erstellt und in Kraft gesetzt.

## 4. Entschädigungen

Der Leiter der Arbeitsgruppe, bei Bedarf auch die Mitglieder der AG, werden gemäss Verordnung „Schulvergütungen“ entschädigt. Die zur Verfügung stehenden Mittel (Sockelbetrag CHF 2'000.- und Klassenbeitrag CHF 300.-/Klasse werden durch die Schulleitung zugeteilt.

## 5. Projektangebote

### 5.1. Schuleigene Projekte

Geeignete Projekte werden in der Regel von kompetenten Angehörigen der Schule durchgeführt (Lehrpersonen, Mitarbeit von Schülern). Bei Bedarf können im Rahmen der verfügbaren Ressourcen externe Fachexperten beigezogen werden.

### 5.2. Externe Projekte

Die Arbeitsgruppe Gesundheit beurteilt die aktuellen Bedürfnisse der GIBM. Sie orientiert sich auf dem Präventionsmarkt, plant und führt geeignete Einsätze externer Anbieter durch. Dabei werden Kostenbeteiligungen von Stiftungen und ähnlichen Organisationen berücksichtigt (Bsp. Radix, ASN, BfU und weitere).

## Schwerpunktthemen

Schwerpunktthemen des GIBM-Konzept für Gesundheitsförderung und Prävention sind:

- Ernährung und Gesundheitserziehung
- Sucht, Drogen, Tabak und Alkohol
- Lebensführung und Freizeitgestaltung
- Gewalt, Extremismus und Rassismus
- Persönliche Integrität und Gleichberechtigung
- Aids und Sexualität
- Angst, Stress, Depressionen und Suizid
- Verkehrserziehung und Strassensicherheit

## Durchführung der Projekte

Die Projekte der GIBM werden als Klasseneinsätze, als klassenübergreifende Projekte oder als Projekte der Gesamtschule durchgeführt.

## 6. Präventionsprojektformen

### 6.1. Klasseneinsätze

Die Lehrpersonen kennen den Puls in der jeweiligen Klasse. Sie führen in Absprache mit dem Leiter der Arbeitsgruppe nötig erscheinende Kleinprojekte durch. Gemäss gültigem Schullehrplan bearbeitet jede Klasse während der Lehrzeit mindestens ein Schwerpunktthema. Der Beizug externer Personen wird vor Beginn mit dem Leiter der AG geregelt.

## **6.2. Klassenübergreifende Projekte**

Klassenübergreifende Projekte sind anzustreben. Sie sind kosteneffizient und fördern auch die Sozialkompetenz der Teilnehmenden. Die Kommunikation zwischen den Klasse wird unterstützt und erlaubt neue Gruppenbildungen

## **6.3. Gesamtschulische Projekte**

Diese Projekte sollen in einem verbindenden Charakter geplant und durchgeführt werden. Sie verstärken die „Corporate identity“ der Schule. Mit dem Einsatz des ganzen Lehrkörpers soll die Verbindlichkeit erhöht werden. Mit dem Einsatz der zur Verfügung stehenden Medien kann die Öffentlichkeit informiert und sensibilisiert werden.

Durch zeitgerechte Planung werden die notwendige Koordination, die saubere Budgetierung und der Erfolg gesichert.

## **6.4. Fortbildung der Lehrpersonen**

Die Arbeitsgruppe ermittelt und definiert Weiterbildungsbedürfnisse der betroffenen Lehrpersonen. Sie stellt sicher, dass die vorhandenen Bedürfnisse während der SCHIWE-Zeit und/oder an weiteren Terminen befriedigt werden.

Sie erstellt eine Liste aktueller Projektthemen, die für Schüler und/oder Lehrpersonen relevant sind.

# **7. Die Struktur der Präventionsaktivitäten**

Die Klassen durchlaufen während ihrer Lehrzeit verschiedene Schwerpunktthemen, welche einem strukturierten, schüler- und altersbezogenen Ablauf folgen. Die Themen der Veranstaltungen sind grundsätzlich nach Lehrjahren aufgebaut, trotzdem soll den Lehrpersonen ein Handlungsspielraum im Besuch der Veranstaltungen und Aktivitäten ermöglicht werden.

Die Schulleitung kann den Besuch gewisser Veranstaltungen als obligatorisch erklären. Zudem wird der Besuch der Veranstaltungen durch die AG erfasst. So wird sichergestellt, dass alle Lernenden die relevanten und zentralen Themen der Gesundheitsförderung und Prävention im Verlauf ihrer Lehrzeit erarbeiten können.

## Veranstaltungen im 1. Lehrjahr

- **Sucht, Drogen, Tabak und Alkohol; Lebensführung und Freizeitgestaltung**
- Ziel: Den Lernenden werden Risiken und schädliche Auswirkungen von legalen und illegalen Betäubungsmitteln aufgezeigt. Die Lernenden reflektieren ihr Konsumverhalten und werden auf negative Spätfolgen sensibilisiert. Den Lernenden werden Wege zur Lebensführung ohne Suchtmittel und Möglichkeiten einer sinnvollen Freizeitgestaltung aufgezeigt.
- Durchführung: Klasseneinsätze durch geeignete Institutionen und schulhausinterne Projekte
  
- **Ergonomie am Arbeitsplatz für Informatiker**
- Ziel: Die Lernenden können den Arbeitsplatz ergonomisch einrichten und wissen wie man späteren Haltungsschäden vorbeugt. Sie erwerben nützliche Interventionen wie z.B. „bewegte Pausen“.
- Durchführung: Klasseneinsätze geführt durch kompetente schulinterne Personen oder durch externe Fachexperten

## Veranstaltungen im 2. Lehrjahr

- **Aidsprävention und Schwerpunktwoche Aids**
- Ziel: Die Lernenden setzen sich mit den Themen Liebe, Freundschaft und Sexualität auseinander. Sie erwerben und festigen ihre Kenntnisse in diesem Themenbereich und machen den Transfer des theoretischen Wissens in die persönliche Lebenssituation.
- Durchführung: Klasseneinsätze der Aidshilfe beider Basel in Kombination mit ABU-Unterricht
  
- **Präventionsaktivität zu Genderfragen, Rassismus, Extremismus, Gewalt und persönlicher Integrität**
- Ziel: Die Lernenden lernen den respektvollen Umgang mit Mitmenschen unterschiedlichen Geschlechts, unterschiedlicher Herkunft oder Religion. Sie kennen die grundlegenden Werte und Verhaltensregeln damit ein friedvolles Klima an einer multikulturellen Schule möglich ist.
- Durchführung: Umsetzung durch interaktive Theaterbesuche wie z.B. durch die „Theaterfalle“ oder das „Rookie-Forumtheater“ im klassenübergreifenden Rahmen

## Veranstaltungen im 3. Lehrjahr

- **Verkehrserziehung und Sicherheit im Strassenverkehr**
- Ziel: Die Lernenden werden für ein korrektes Verhalten im Strassenverkehr sensibilisiert. Auswirkungen von Alkohol und Betäubungsmitteln auf das Fahrverhalten, sowie die rechtlichen Konsequenzen bei einem Verstoß sollen den Lernenden vor Augen geführt werden.
- Durchführung: Klasseneinsätze durch externe Institutionen: „ASN-Fachstelle für Alkohol am Steuer nie“, Instruktionkorps der Polizei Basel-Landschaft und Ausstellungen im Rahmen eines Schulhausprojektes

- **Selbstwirksamkeit, eigene Grenzen erleben und kennen lernen**
- Ziel: Die Lernenden erfahren in einem sicheren Umfeld ihre persönlichen Grenzen und erleben Selbstwirksamkeit durch das Meistern von heiklen Situationen.
- Durchführung: Spezielle Anlässe innerhalb der Klasse, fächerübergreifend mit dem Fach Sport. Umsetzung durch Outdoor- und Erlebnissportarten wie z.B. Klettern (Freizeitcenter Impulsiv, Weil a.R.) oder Kajakfahren (Parc des eaux vives, Huningue). Für dreijährige Lehren findet dieser Anlass im zweiten Lehrjahr statt.

### Veranstaltung im 4. Lehrjahr

- **Stressmanagement und Prüfungsangst**
- Ziel: Die Lernenden erwerben Techniken der Stressregulation und können diese in und vor Prüfungssituationen anwenden.
- Durchführung: Klasseneinsätze geführt durch kompetente schulinterne Personen oder durch externe Fachexperten

### Fakultative Veranstaltungen

Neben den Präventionsveranstaltungen die im GIBM - Konzept der Gesundheitsförderung und Prävention explizit aufgeführt sind, werden im Laufe des Schuljahres Themen von allgemeiner Wichtigkeit oder saisonaler Aktualität berücksichtigt, z.B.:

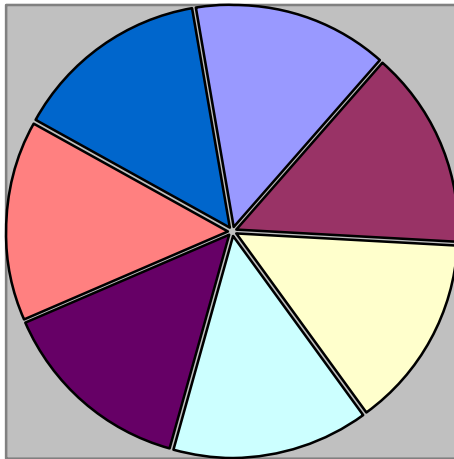
- Ernährung und Gesundheitserziehung: Erhöhter Vitaminbedarf im Winter
- Fanverhalten und Gewaltprävention: Ausschreitungen nach FCB-Spielen

Die Umsetzung solcher Themen erfolgt in Form von gesamtschulischen Projekten.

## Überblick der Aktivitäten der Gesundheitsförderung und Prävention

	1. Lehrjahr	2. Lehrjahr	3. Lehrjahr	4. Lehrjahr
	Themen von allgemeiner Wichtigkeit oder saisonaler Aktualität: z.B. Ernährung, Fanverhalten, etc.			
Zweijährige Lehre	Sucht, Drogen, Tabak und Alkohol; Lebensführung und Freizeitgestaltung	Ergonomie am Arbeitsplatz für Informatiker	Aidsprävention Schwerpunktwoche Aids	Präventionsaktivität zu Genderfragen, Rassismus, Extremismus, Gewalt und persönlicher Integrität
Dreijährige Lehre				
Vierjährige Lehre			Verkehrserziehung und Strassensicherheit inkl. Drogen und Alkohol	Selbstwirksamkeit Eigene Grenzen erleben und respektieren
			Stressmanagement Umgang mit Prüfungsangst (dreijährige Lehre)	Stressmanagement Umgang mit Prüfungsangst (vierjährige Lehre)

## Jahresverlauf der Präventionsveranstaltungen



- ▣ Gewalt und Extremismus, Persönliche Integrität und Genderfrage (Dezember)
- ▣ Aidsprävention Schwerpunktwoche Aids (November)
- ▣ Selbstwirksamkeit, eigene Grenzen erleben und respektieren (September/Oktober)
- ▣ Ergonomie am Arbeitsplatz für Informatiker (August)
- ▣ Verkehrserziehung und Strassensicherheit (Mai/Juni)
- ▣ Suchtprävention, Drogen, Tabak, Alkohol; Lebensführung und Freizeitgestaltung (März/April)
- ▣ Stressmanagement, Umgang mit Prüfungsangst (Januar/Februar)

## 8. Evaluation

Für jedes Projekt muss eine angemessene Evaluation geleistet werden. Sie dient dem Erfahrungsaustausch, der Qualitätssicherung und der Verbesserung künftiger Projekte.

Bei einer Evaluation lassen sich folgende Aspekte unterscheiden, die je nach Projekt von unterschiedlicher Wichtigkeit sind:

- Prozessqualität (Abläufe)
- Strukturqualität (Angebote, Zeit)
- Ergebnisqualität (Betroffenheit, Teilnahme)
- Kosteneffizienz (Kosten / Nutzen)

**GEWERBLICH-INDUSTRIELLE  
BERUFSFACHSCHULE MUTTENZ**

Marco Frey, Präventionsbeauftragter

Christopher Guthertz, Rektor