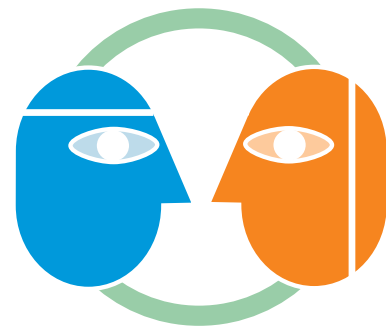


# NEWSLETTER



## SERVICE STELLE SCHULE



### Einladung zum Mitmachen:

## „Auf dem Weg zur gesunden Schule!“



Sie wollen, dass sich in Ihrer Schule alle wohlfühlen: LehrerInnen, SchülerInnen und Eltern? Dann versuchen Sie es doch mit einem Gesundheitsprojekt an Ihrer Schule:



- LehrerInnen geben dadurch ihrer pädagogischen Arbeit einen neuen Sinn
- SchülerInnen sind aktiver und erholter und können den Lernstoff besser verarbeiten



- Die Schule bekommt eine positive „Corporate Identity“, die auf alle einen bleibenden Effekt hat!



Schulische Gesundheitsförderung **setzt aufs Ganze**: Vieles hängt davon ab, wie wir vorgehen (P., Roberto N. & Lee N., 2002):

Zu berücksichtigen sind **alle Beteiligten** (SchülerInnen, LehrerInnen, Eltern und nicht unterrichtendes Personal) der Schule und **alle Einflüsse** (vor allem soziale und zwischenmenschliche Aspekte) auf die Gesundheit (Paulus, P., Brückner, G., 2000). SchülerInnen und LehrerInnen sollen lernen ihr Leben und somit auch ihre Gesundheit eigenverantwortlich zu gestalten.



Nutzen Sie vorhandene **Informationen und Ideen** (Welche Aktivitäten zum Thema sind an der Schule schon gelaufen?) – das spart Mühe und Zeit! Beginnen Sie bei den **Zielgruppen** (z. B. SchülerInnen, LehrerInnen, Eltern), die am meisten bereit sind, mit Ihnen in Aktion zu treten und beziehen Sie diese in die Planung mit ein!



Voraussetzung für den Erfolg ist ein **Team**, das sich aus einer möglichst „bunten“ Gruppe zusammensetzt (Schüler-, Lehrer- und Elternvertretung) und den Motor der Veränderungen darstellt (Aregger, Lattmann, 2003). Diese Gruppe plant, entwickelt weiter, setzt um und informiert Schule und Umfeld.

Stellen Sie eine einzige umsetzbare Maßnahme in den Mittelpunkt: Sie wollen mehr Rückzugsmöglichkeiten in den Pausen? Erklären Sie es mit ein-



**„DER EINE WARTET BIS DIE ZEIT SICH WANDELT. DER ANDERE PACKT SIE KRÄFTIG AN – UND HANDELT“.**  
JOHANN WOLFGANG VON GOETHE

fachen und verständlichen Begriffen und überlegen Sie welchen **Nutzen die einzelnen Zielgruppen** daraus ziehen können!

Entwickeln Sie Botschaften, die Aufmerksamkeit erregen und die Zielgruppen motivieren! Suchen

Fortsetzung auf Seite 2

Herausgeber:  
OÖ Gebietskrankenkasse, Forum Gesundheit  
Gruberstraße 77, 4021 Linz  
www.oogkk.at, www.forumgesundheit.at  
Gestaltung und Produktion:  
Referat für Öffentlichkeitsarbeit und Produktion  
Druck:  
.....



Fortsetzung von Seite 1

Sie **geeignete Kanäle** für Ihr Vorhaben (Schulleitung, LehrerInnenkonferenz, Elternabende, SchulsprecherIn, ...) und ermöglichen Sie es Ihrer Zielgruppe, einfach und unkompliziert mit Ihnen in Kontakt zu treten! Nehmen Sie sich jedoch nicht zu viel vor, denn kleinere Schritte führen oft zu den größeren Erfolgen!

Planen Sie **genug Ressourcen** (finanzielle, zeitliche, personelle, räumliche) ein! Vorhandene Kraftquellen werden dadurch sichtbar und stellen eine Entlastung für die Projektgruppe dar. Die Zeit ist knapp oder es fehlt an der Schule am nötigen Kleingeld? Gute Ideen finden oft Sponsoren. Hilfreich können auch kleinere Projekte zur „Geldbeschaffung“ sein, wie z. B. Bazar, Flohmarkt, Glückshafen oder Feste im Dienst der Sache.

Nur Mut: **Veränderungen brauchen Zeit!** Diese Zeit für Veränderungen sollte sich jede Schule geben, denn dann kann Schulische Gesundheitsförderung frischen Wind in alte Mauern bringen und ein schöneres Leben dazu!

Ob Sie Erfolg haben, werden Sie erkennen, wenn SchülerInnen und LehrerInnen nicht nur in ein Gebäude zum Lernen und Arbeiten kommen, sondern in einen Lebensraum, in dem sie sich wohlfühlen! Der nachhaltige Erfolg wird gesteigert, wenn Eltern miteinbezogen und informiert werden: Tipps und Anregungen z. B. zum Thema Ernährung für zu Hause haben sich in der Praxis gut bewährt! Auch die Verhältnisse (Kantine, Pause, Wohlfühlzonen etc.) in der Schule müssen oft umgestaltet werden, um nachhaltigen Erfolg zu haben. Reagieren Sie auch, wenn sich der gewünschte Erfolg nicht einstellt und überlegen Sie dann gemeinsam weiter, denn: **Nur gemeinsam ist man stark!**

**Informationen zu Initiativen der Bundesländer-Servicestellen finden Sie auf Seite 7!**

Literatur:  
Roberto & Lee (2002): Social Marketing: Improving the quality of life. 2<sup>nd</sup> ed. Thousand Oaks: Sage Publications

Aregger & Lattmann (2003): Gesundheitsfördernden Schule – eine Utopie? Lehrerbildung Sentimatt Luzern (Hrsg.), Band 21, 1. Auflage, Sauerländer Verlag

Paulus & Brückner (Hrsg.) (2000): Wege zu einer gesünderen Schule. Tübingen, dgvt-Verlag

# INHALT

- 1 Einladung zum Mitmachen:  
„Auf dem Weg zur gesunden Schule“
- 3 Mehr Energie für unsere Kinder  
Gesunde Schule
- 4 Körperlich und seelisch gesund  
durchs Schuljahr  
Noise pollution
- 5 Many ways  
Zur Förderung der Klassengemeinschaft
- 6 Schule + Essen = Eins  
Termine/Wissenswertes
- 7 Initiativen der Bundesländer-Servicestellen
- 8 AnsprechpartnerInnen

## Mehr Energie für unsere Kinder

Ein Projekt der Volksschule Bruck/Leitha  
in Kooperation mit der Niederösterreichischen Gebietskrankenkasse



Dieses Projekt wurde im Rahmen der Schulentwicklung von der Direktorin gemeinsam mit den LehrerInnen ins Leben gerufen. Das Schulprofil soll den Schwerpunkt „Gesundheit, Bewegung und gesunde Ernährung“ erhalten.

Im ersten Projektjahr (2007/2008) wurden unter Einbeziehung der Eltern bereits Aktivitäten zu den Themen Zahngesundheit, Klimaschutz, Bewegung und Ernährung gesetzt. Ziele des engagierten Projektes sind das Erlernen der bewussten Körperwahrnehmung, die Steigerung des Selbstwertgefühls und letztendlich die eigenständige Entscheidung zu einem positiven Lebensstil. Im aktuellen Schuljahr stehen die Neugestaltung des Schulbuffets, die verstärkte Nutzung des Schulgartens für Bewegungseinheiten, ein Stressbewältigungs-Seminar für LehrerInnen sowie die Weiterführung der beliebten Ernährungseinheiten auf dem Programm.

Jedes Schuljahr wird mit einem gemeinsamen Schulfest beendet.



DIE SELBST GEMACHTEN HAPPY BURGER SCHMECKEN

**Ansprechpartnerin:** VD Mag.<sup>a</sup> Elke Wimmer  
E-Mail: [vs.bruck-leitha-fischamenderstrasse@noeschule.at](mailto:vs.bruck-leitha-fischamenderstrasse@noeschule.at)

## Gesunde Schule

Ein Projekt der Polytechnischen Schule Urfahr  
in Kooperation mit der Oberösterreichischen Gebietskrankenkasse



Inhaltlicher Schwerpunkt des klassen- und fächerübergreifenden Projektes der Polytechnischen Schule Urfahr im Schuljahr 2007/2008 war die „Ganzheitliche Gesundheitsförderung“. Mit dem Ziel, Bewusstsein dafür zu schaffen „Was gehört zur Gesundheit und was kann ich aktiv zu meiner Gesundheit beitragen?“ erarbeitete die gesamte Schule Maßnahmen zur Gesundheitsförderung für Körper, Geist und Seele. In allen Schulfächern sowie bei allen Schulveranstaltungen wurde diese Zielsetzung als Bestandteil berücksichtigt.

Im Mittelpunkt standen die Themen: Suchtprävention, Meditation, Erste Hilfe, Jonglieren, Laufen, Steppen, Einradfahren und selbst zubereitete gesunde Jause.

Die Projektinitiative brachte nicht nur einen Nachdenkprozess über Gesundheit mit sich, sondern wirkte sich auch – durch das Betonen des Miteinanders in den einzelnen Programmpunkten – äußerst positiv auf das Schulklima aus und wird im nächsten Schuljahr fortgeführt.

**Ansprechpartnerin:** Dipl. Päd.<sup>in</sup> Regina Fechter  
E-Mail: [r.fecher@eduhi.at](mailto:r.fecher@eduhi.at)



PRÄSENTATION IM ORF LANDESTUDIO LINZ



## Körperlich und seelisch gesund durch das Schuljahr

Ein Projekt der HLW St. Peter/Rosental  
in Kooperation mit der Kärntner Gebietskrankenkasse



Ein Jahr lang beschäftigten sich 44 SchülerInnen der HLW mit verschiedenen Gesundheitsthemen. Ziel war es, die körperliche und seelische Gesundheit der Jugendlichen zu steigern und sie für die Suchtproblematik zu sensibilisieren. Von Lehrkräften und GKK-FachexpertInnen vermitteltes Wissen über gesunde Ernährung und Zahngesundheit wurde von den SchülerInnen in die Praxis umgesetzt. Unter anderem wurde eine Bar mit alkoholfreien „Mocktails“ und gesunden Speisen gestaltet. Im Bewegungsteil wurde ein Hip-Hop-Tanz choreographiert und einstudiert. Auch die Themen Alkohol und Rauchen wurden fächerübergreifend aus verschiedenen Blickwinkeln bearbeitet. Durch das Modularsystem Lebenskompetenzsteigerung von Dr. Ingrid Kanovsky wurden den Jugendlichen die Themenbereiche „Selbstwertstärkung“ und „Alkohol – nein, danke!“ vermittelt.



HIP-HOP DER HLW ST. PETER

**Ansprechpartner:** Dir. Prof. Mag. Stefan Schellander,  
Mag. Erik Lorenz  
E-Mail: hblawb-stpeter@lsr-ktn.gv.at

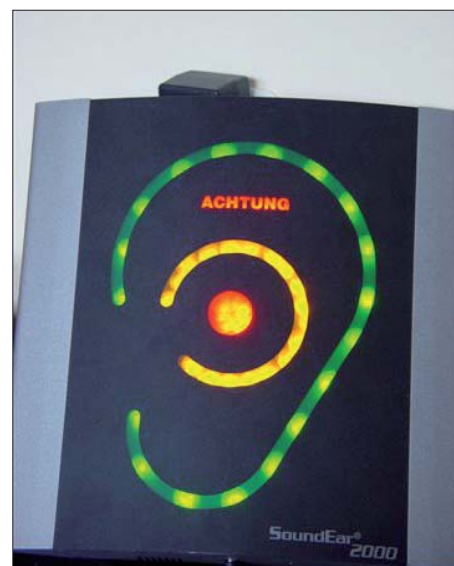
## Noise pollution

Ein Projekt des ABZ St. Josef in Salzburg  
in Kooperation mit der Salzburger Gebietskrankenkasse



Das Ausbildungszentrum St. Josef in Salzburg startete das Gesundheitsförderungsprojekt mit einer umfassenden Ist-Analyse auf deren Basis die Projektplanung für die nächsten Jahre erfolgte. Außerdem hatte sich das Projektteam die Durchführung einer Gesundheitswoche zum Ziel gesetzt. Ein weiterer Grund für die Teilnahme der Schule am Gesundheitsförderungsprojekt der SGKK war der hohe Lärmpegel in der Schule. Nach Thematisierung im Lehrerkollegium und umfangreicher Literatursammlung wurden – mit Unterstützung der Salzburger Landesregierung – Lärmmessungen in der Schule durchgeführt. In einer Schwerpunktwoche wurde das Thema Lärm in diverse Unterrichtsfächer integriert. Zur Sensibilisierung wurde in der Schule eine Lärmampel eingesetzt, die ab einem bestimmten Schwellenwert anzeigt, welchem Lautstärkebereich man ausgesetzt ist. Am 5. Juni 2008 wurde von der Schule der Große Landespreis zum Thema Lärm in Empfang genommen. Im zweiten Jahr wird sich das Projektteam der Verbesserung des Wohlbefindens von LehrerInnen/SchülerInnen widmen, wobei auch die Themen Aggression und Leistungsfähigkeit näher betrachtet werden.

**Ansprechpartner:** Mag. Reinhold Freinbichler  
E-Mail: office@abz-stjosef.at



DIE LÄRMAMPEL ZUR  
LÄRMMESSUNG



SERVICE STELLE SCHULE

## Many Ways

Ein Projekt der Hauptschule Hitzendorf  
in Kooperation mit der Steiermärkischen Gebietskrankenkasse



Betroffene zu Beteiligten machen ist ein unverzichtbarer Grundsatz in der Schulischen Gesundheitsförderung. Genau das ermöglicht die HS Hitzendorf ihren SchülerInnen durch das Schülerparlament: Mitreden, Bindeglied zwischen SchülerInnen, LehrerInnen und dem Elternverein sein, Projekte managen und das Demokratieverständnis schulen, stehen im Mittelpunkt. Alle KlassensprecherInnen treffen sich wöchentlich mit zwei LehrerInnen und diskutieren aktuelle Themen, Ideen und Anliegen der SchülerInnen oder planen Aktivitäten.

Eine zentrale Funktion hat das Schülerparlament im Zuge von „Many Ways“, dem Gesundheitsprojekt der Schule: Besonders engagiert haben sich die VertreterInnen bei der aktiven und sinnvollen Pausengestaltung. So sind die heiß begehrten Drehfussballtische in die Pausenhalle gekommen, Ruhezonen entstanden, Klassenzimmer neu gestaltet oder Pausengeräte angeschafft worden. Durch die Ideen und Unterstützung der SchülerInnen sind viele gesunde Maßnahmen Alltag in der HS Hitzendorf geworden.



DAS SCHÜLERPARLAMENT DER HS HITZENDORF

**Ansprechpartnerin:** Liselotte Kugi  
E-Mail: [liselotte.kugi@hs.hitzendorf.at](mailto:liselotte.kugi@hs.hitzendorf.at)

## Zur Förderung der Klassengemeinschaft

Ein Projekt der Hauptschule Alberschwende



Im Schuljahr 2007/08 kam das Bewegungs- und Gemeinschaftsprojekt in der 26 Schülerinnen und Schüler umfassenden 3a-Integrations-Klasse der Hauptschule Alberschwende zur Umsetzung. Damit Integration funktionieren kann, sind alle Beteiligten gefordert. Auch die Hauptschule Alberschwende setzt sich stets mit ihrer Integrationsklasse auseinander, damit ein starkes Gefühl der Zusammengehörigkeit und Gemeinsamkeit entstehen kann.

Um die Bewegung zu fördern und intensiv auf die Gemeinschaft in der 3a-Klasse einzugehen, wurde ein abwechslungsreiches Artisten- und Bewegungsprojekt mit Christoph Heinzle, Artist und Motopädagoge, zusammengestellt. In zehn Doppelstunden erarbeiteten die SchülerInnen und Schüler akrobatische Übungen, welche bei einem Abschlussabend den Eltern präsentiert wurden.

**Ansprechpartnerin:** Annette Fruhmann  
E-Mail: [annette.fruhmann@hsalb.snv.at](mailto:annette.fruhmann@hsalb.snv.at)



MIT BEGEISTERUNG BEIM ARTISTENTRAINING



## Schule + Essen = Eins

Ein Projekt des BG und BRG Wien 3 (HIB)  
in Kooperation mit der Wiener Gebietskrankenkasse



Ein Projektteam aus LehrerInnen und SchülerInnen des BG und BRG Wien 3 widmete sich intensiv dem Thema Ernährung: Gestartet wurde mit Aktionen wie „Mehr (als) Kornbrot“, „Work it out“ oder „Knack den Apfel“. Diese bereiteten einem großen Gesundheitstag den Boden, bei dem Infowände des Wirtschaftsmuseums („Fit oder nit“ „Spiel mit, mach mich, beweg dich“) und die Ausstellung zum Thema „SchülerInnen schaffen Wissen“ studiert werden konnten. Eine Rätselralley für die Kleinsten und ein Quiz waren ein lustvoller Anreiz zum Lernen. Viele SchülerInnen besuchten auch die „Kräuter-Kost-Bar“, den Kräutershop sowie den Büchermarkt (Verlag Hanreich). Für Stimmung sorgten kreative Showeinlagen. Univ.-Prof. Dr. Wagner rundete den Tag mit einem Vortrag über richtige Kinderernährung ab, der besonders für Eltern interessant war. Die haus-eigene Küche schaffte unter fachlicher Begleitung von SV Catering Österreich genüssliche und gesunde Voraussetzungen für das leibliche Wohl.



SCHÜLERINNEN SCHAFFEN WISSEN

**Ansprechpartnerin:** Erzl. Mag.<sup>a</sup> Ulrike Weitzl  
E-Mail: [internatsleitung@hib-wien.at](mailto:internatsleitung@hib-wien.at)

## Termine

4. November 2008:

„Gesunde Schule, bewegtes Leben“:  
Ziele- und Planungs-Workshop mit den neuen STGKK-Projektschulen im Schloss St. Martin  
Information: [schule@stgkk.at](mailto:schule@stgkk.at)

14. - 16. November 2008:

Messe „Gesund Leben“ in Wels

27. November 2008:

„Gesundheit leben Gesundheit lernen“  
Informationsveranstaltung zur Projektinitiative für das Schuljahr 2008/2009 in der OÖGKK Linz  
Information: [schule@oegkk.at](mailto:schule@oegkk.at)

**Zubereitung:** Wassermelone schälen und eine Scheibe in Größe der Reiswaffel ausschneiden; Zuckermelone, Ananas und Kiwi schälen. Dann in Stifte bzw. in Scheiben schneiden; Apfel reißen und in Zitronenwasser geben; Bananen zerdrücken und mit Zitronensaft beträufeln; Erdbeeren zerdrücken, mit Magertopfen verrühren, mit Süßstoff abschmecken und mit etwas Mineralwasser verrühren. Früchtereste klein schneiden und mit Jogurt zu einem feinen Früchte Shake mixen.

**Fertigstellung:** auf einer Reiswaffel die Bananencreme verteilen, Äpfelraspel und nach einander Wassermelone, Ananas- und Kiwischeiben darauf legen, mit der 2. Reiswaffel abdecken. Zuckermelonenstifte statt Pommes und Erdbeer-Topfencreme statt Ketchup schmecken herrlich zu diesem leckeren Burger!

## Wissenswertes

### Burger einmal anders – „Happy Fruit Burger“

Die Kinder der Volksschule Orth/Donau haben dieses Rezept anlässlich eines Ernährungs- und Bewegungsprojektes in Kooperation mit der NÖ. Gebietskrankenkasse mit Ernährungskoach Harald Leszkovich und 5-Sterne-Koch Markus Kranzl erfolgreich erprobt.

**Zutaten:** 2 Reiswaffeln, 1 Wassermelone, 1 Zitrone, 1 Banane, 5 Erdbeeren, 1 Zuckermelone, 1 grüner Apfel, 1 Ananas, 1 Kiwi, 1 Jogurt 1%, 1 Topfen mager, Süßstoff, Mineralwasser





SERVICE STELLE SCHULE

# Initiativen der Bundesländer-Servicestellen

Kontakte zu den Angeboten finden Sie auf Seite 8 „AnsprechpartnerInnen“.



SERVICE STELLE SCHULE SALZBURG

## „Gesundheit wird GROSS geschrieben“

**Zielgruppe:** 1. – 12. Schulstufe

**Inhalt:** Kostenlose Projektbegleitung bei der Entwicklung und Planung ganzheitlicher, schulischer Gesundheitsförderungsprojekte unter Einbindung der SchülerInnen, LehrerInnen und Eltern.

**Laufzeit:** 4 Jahre



SERVICE STELLE SCHULE KÄRNTEN



## „G'sunde Lebenswelt Schule“

**Zielgruppe:** alle Kärntner Schulen

**Inhalt:** Ganzheitliches Gesundheitsprojekt unter Einbindung der SchülerInnen, LehrerInnen und Eltern.

**Laufzeit:** mindestens 2 Jahre.



SERVICE STELLE SCHULE NIEDERÖSTERREICH

## „Gesundheitsfördernde Projekte in Schulen“

**Zielgruppe:** 1. – 13. Schulstufe

**Inhalt:** Praktische und theoretische Unterstützung für LehrerInnen und SchülerInnen, die sich im Rahmen des Unterrichts mit Gesundheit und Wohlbefinden auseinandersetzen möchten. Die Projekte müssen mit Unterstützung der Schuldirektion im fächerübergreifenden Unterricht abgewickelt werden und die NÖGKK muss Projektträger sein!



SERVICE STELLE SCHULE TIROL

## „Am Puls der Zeit“

**Zielgruppe:** 10. – 13. Schulstufe

**Inhalt:** Durch angeleitete Nordic-Walking- und Langlauf-Einheiten über das ganze Schuljahr erlernen Schüler, Lehrer und Eltern das richtige Training für ihren Körper um den Ruhepuls zu senken.



SERVICE STELLE SCHULE WIEN

## „Gesundheitsfördernde Projekte in Schulen“

**Zielgruppe:** alle Wiener Schulen

**Inhalt:** Ganzheitliche Gesundheitsförderungsprojekte werden von SchülerInnen und LehrerInnen in Kooperation mit der Servicestelle Schule der Wiener Gebietskrankenkasse geplant und durchgeführt.



SERVICE STELLE SCHULE STEIERMARK

## „Gesunde Schule, bewegtes Leben“

**Zielgruppe:** Hauptschulen und Schulen in schwierigen (Stadt)Bezirken

**Inhalt:** Im Mittelpunkt stehen die gesundheitsförderliche Gestaltung des Lebensraumes Schule und Themen wie Ernährung, Bewegung, psychosoziale Gesundheit und Umwelt. „Gesunde Schule, bewegtes Leben“ schafft „gesunde Rahmenbedingungen“ in der Schule (z. B. Angebote an gesunder Jause und Bewegung oder Verbesserung des Schulklimas) und erhöht individuelle Gesundheitskompetenzen von SchülerInnen und LehrerInnen (z. B. mehr Wissen über Gesundheit, gesünderes Verhalten oder mehr Selbstvertrauen).



SERVICE STELLE SCHULE OBERÖSTERREICH

## „Gesundheit leben Gesundheit lernen“

**Zielgruppe:** 5. – 12. Schulstufe

**Inhalt:** SchülerInnen und LehrerInnen beschäftigen sich während des Schuljahres fächerübergreifend und projektbezogen mit „Gesundheit“.

**Laufzeit:** 1 Schuljahr.

Gesundheit leben  
Gesundheit lernen

## „Der kleine Mugg – Mir & Uns Geht's Gut“

**Zielgruppe:** 1. – 4. Schulstufe

**Inhalt:** Ganzheitliches Gesundheitsförderungsprojekt unter Einbindung der SchülerInnen, LehrerInnen und Eltern.

**Laufzeit:** 3 Jahre.



## „Gemeinsam gesund und in Balance bleiben“

**Zielgruppe:** LehrerInnen

**Inhalt:** Pilotprojekt zur gezielten Förderung der LehrerInnen-Gesundheit unter Einbezug des gesamten Kollegiums (Kooperation mit Styria vitalis).

**Laufzeit:** 2 Jahre.



SERVICE STELLE SCHULE

# Unsere AnsprechpartnerInnen für:



Peter Frizzi, Tel. 059160-1711  
E-Mail: peter.frizzi@tgkk.at  
Daniela Mair, Tel. 059160-1605  
E-Mail: daniela.mair@tgkk.at  
Tiroler Gebietskrankenkasse  
Klara-Pölt-Weg 2  
6010 Innsbruck  
www.tgkk.at



Carolin Amann  
Tel. 050/8455-1112  
E-Mail: carolin.amann@vgkk.at  
Vorarlberger Gebietskrankenkasse  
Jahngasse 4  
6850 Dornbirn  
www.vgkk.at/schule



Patrizia Nikzad, Tel. 050/899-6216,  
E-Mail: schule@noegkk.at  
Niederösterreichische Gebietskrankenkasse  
Kremser Landstraße 3  
3100 St. Pölten  
www.noegkk.at



Weber Katharina BA  
Tel. 01/60122 - 2108  
E-Mail: schule@wgkk.at  
Wiener Gebietskrankenkasse  
Wienerbergstraße 15 - 19  
1100 Wien  
www.wgkk.at



Mag.<sup>a</sup> Ulrike Lassacher MAS, Tel. 0662/8889-1043  
E-Mail: ulrike.lassacher@sgkk.at  
Mag.<sup>a</sup> Margit Somweber, Tel. 0662/8889-8121 u. 1045  
E-Mail: margit.somweber@sgkk.at  
Salzburger Gebietskrankenkasse  
Engelbert-Weiß-Weg 10  
5021 Salzburg  
www.sozialversicherung.at/schule



Mag.<sup>a</sup> (FH) Verena Krammer, Tel. 0316/8035-1310  
Mag. (FH) Roland Kaiser, Tel. 0316/8035-1481  
E-Mail: schule@stgkk.at  
Steiermärkische Gebietskrankenkasse  
Josef-Pongratz-Platz 1  
8010 Graz  
www.sozialversicherung.at/schule



Mag.<sup>a</sup> Isabella Sumper, Tel. 050/5855-2123  
E-Mail: schule@kgkk.at  
Kärntner Gebietskrankenkasse  
Kempferstraße 8  
9021 Klagenfurt  
www.sozialversicherung.at/schule



Angelika Mittendorfer, Tel. 05 78 07 - 10 35 15  
Mag.<sup>a</sup> Sarah Sebinger, Tel. 05 78 07 - 10 35 02  
E-Mail: schule@ooegkk.at  
Oberösterreichische Gebietskrankenkasse  
Gruberstraße 77  
4021 Linz  
www.sozialversicherung.at/schule