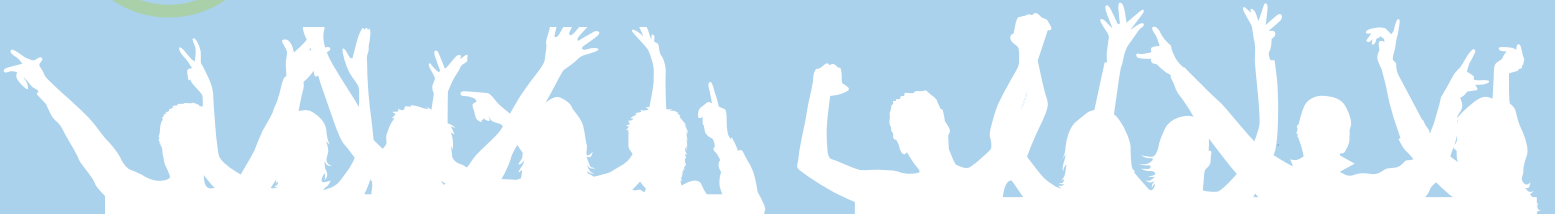


Service Stelle Schule Wir fördern Gesundheit

NEWSLETTER



1_Mai 2009



Stichwort Partizipation:

Eine verborgene Frucht mit jeder Menge gesunder Wirkung

Partizipation¹ bedeutet Mitentscheiden und Mitwirken. Übertragen auf die Schule versteht man darunter insbesondere auch Schülerinnen und Schüler sowie Eltern in schulbezogene Entscheidungen einzubeziehen. So können z. B. Entscheidungen über Projektinhalte mit Schülerinnen und Schülern und den Eltern gemeinsam getroffen werden.

Viele werden sich vielleicht denken „Partizipation, schön und gut“, aber was bringt sie wirklich?

Interessante Antworten darauf liefert die regelmäßig durchgeführte HBSC-Studie² der Weltgesundheitsorganisation. Diese bestätigt, dass Partizipation das Sozialverhalten, die Schulleistung und sogar die Gesundheit positiv beeinflussen kann. So wurde beispielsweise nachgewiesen, dass Partizipation in der Peer-Group, formaldemokratische Mitbestimmungsmöglich-

keiten aber auch Schul- und Klassenklima und die Unterstützung durch Lehrerinnen und Lehrer relevante Gesundheitsfaktoren sind.

Überdies ermöglicht Partizipation, dass Schülerinnen und Schüler Demokratie erleben, sich mit ihrer Schule vermehrt identifizieren und dass die Lebensqualität der Beteiligten steigt. Um die geschilderten Früchte von Partizipation in der Organisation Schule zu ernten, muss das schulische Feld wie folgt aufbereitet werden:

1. Die beteiligten Personen (Schülerinnen/Schüler, Lehrerinnen/Lehrer, Eltern) müssen langsam an das Thema herangeführt werden und Partizipation erlernen (Verhaltensebene). Um im Bild zu bleiben: Die Beteiligten müssen die vorhandenen Früchte als wohlschmeckend und energispendend erkennen und wissen, wie man sie erntet und genießt.

Fortsetzung auf Seite 2



Herausgeber:

OÖ Gebietskrankenkasse, Forum Gesundheit
Gruberstraße 77, 4021 Linz
www.oegkk.at, www.forumgesundheit.at
Gestaltung und Produktion:
Referat für Öffentlichkeitsarbeit und Produktion
Druck: BTS Druck GmbH, Engerwitzdorf

1 Stark, W. (2003): Partizipation. In: BZgA (Hrsg.): Leitbegriffe der Gesundheit. Reihe „Blickpunkt der Gesundheit“ 6, 4. überarbeitete Auflage. Fachverlag Peter Sabo, Schwabenheim an der Selz

2 Dür, W.; Griebler, R. (2007): Die Gesundheit der österreichischen SchülerInnen im Lebenszusammenhang. Bundesministerium für Gesundheit, Familie und Jugend, Wien



- 1 **Stichwort Partizipation:**
Eine verborgene Frucht mit jeder Menge
gesunder Wirkung
- 3 **Kärnten: Fit for life**

Niederösterreich: Gesunde LehrerInnen im
Bundesinstitut für Sozialpädagogik Baden
- 4 **Oberösterreich:**
Gesundheit leben Gesundheit lernen

Oberösterreich: Der kleine MUGG – Mir &
Uns Geht's Gut
- 5 **Salzburg: Gesunde Internatsküche**

Steiermark: „Fit in school = cool“
- 6 **Vorarlberg: Prima Pane**

Wien: „Bewegung – Mentaltraining –
Ernährung“
- 7 **Wissenswertes/Termine**
- 8 **AnsprechpartnerInnen**

Fortsetzung von Seite 1

2. Die schulischen Rahmenbedingungen müssen Partizipation zulassen (Verhältnisebene). Bildhaft gesprochen: Der Boden, auf dem Partizipation gesät wird, muss ein Wachstum zulassen und regelmäßig gedüngt werden.

Die Möglichkeiten³ der Partizipation im schulischen Alltag sind breit gestreut. So wurden beim letzten Erfahrungsaustausch der STGKK-Partnerschulen zahlreiche Bereiche gefunden, in denen Partizipation bereits vorbildlich gelebt wird: z. B. im Klassenrat oder dem Schülerinnen- und Schülerparlament, bei der Mitgestaltung von Klassen- und Schulräumen, im Elternforum, durch gemeinsames Planen von Festen oder Projektwochen oder auch beim gemeinsamen Erstellen von Pausenregeln.

Versucht man die Gelingensfaktoren von Partizipation in der Schule zusammenzufassen, dann sind drei Ebenen besonders wichtig:

1. Strukturelle Bedingungen (z. B. Dialogstrukturen für Eltern einrichten oder sich Zeit für Dialoge mit Schülerinnen und Schülern nehmen, z. B. in geblockten Sozial- und Klassenvorstandsstunden oder Montag-Morgen-Kreisen)
2. Pädagogisches Handeln (z. B. Freiwilligkeit ermöglichen, klare Kommunikation der Erwartungen, Wertschätzung unterschiedlichen Engagements, guten Kontakt zu Eltern halten, damit Engagement wachsen kann)
3. Persönliche Haltung/Professionalität einzelner Lehrerinnen und Lehrer (z. B. Fortbildungen in diesem Bereich, Veränderungsfreude, Grenzen von Eltern akzeptieren)

Ganz im Sinne eines altbekannten Slogans der Gesundheitsförderung „Betroffene zu Beteiligten machen“ ist jeder Schule wärmstens ans Herz zu legen, ihn auch in die Praxis umzusetzen.



**Erkläre mir und ich werde vergessen.
Zeige mir und ich werde mich erinnern.
Beteilige mich und ich werde verstehen.**

Y. Iljine

³ Kinder- und Jugendpartizipation. In: www.partizipation.at/kinder_und_jugend.html.



Fit for life

Ein Projekt der Clemens Holzmeister Schule Grafenstein
in Kooperation mit der Kärntner Gebietskrankenkasse



In der Clemens Holzmeister Schule hat mit Schulbeginn 2008 in Zusammenarbeit mit der Kärntner Gebietskrankenkasse das Gesundheitsprojekt „Fit for life“ begonnen.

Den SchülerInnen werden in den nächsten zwei Schuljahren die Bereiche gesunde Ernährung, Psychosoziale Gesundheit und Bewegung mit diversen Workshops und Aktivitäten näher gebracht.

Das Gesundheitsbewusstsein soll durch tägliche Bewegungseinheiten gefördert werden, denn:

Bewegung beginnt im Kopf,
Bewegung bedeutet Gesundheit,
Gesundheit bedeutet Wohlbefinden,
Wohlbefinden bedeutet Freude,
und Freude stärkt das Leben.

AnsprechpartnerInnen: VOL Andrea Michor,
vL Christian Lesjak, vL Kristin Egger-Kort,
E-Mail: direktion@vs-grafenstein.ksn.at,
Homepage: www.vs-grafenstein.ksn.at



Fit for life in der Clemens Holzmeister Schule
Grafenstein

Gesunde LehrerInnen im Bundesinstitut für Sozialpädagogik Baden

in Kooperation mit der Niederösterreichischen Gebietskrankenkasse



Die gestiegenen beruflichen Anforderungen, das Eigeninteresse an professioneller Leistungsentfaltung und die privaten Ansprüche stehen in einem scharfen Wettbewerb um die verfügbare Zeit und Energie. Gesundheit und Leistungsfähigkeit sind eng mit der individuellen Fähigkeit verbunden, Geist und Körper die notwendige Erholungszeit zu geben – bei Fehlen von Entspannungsmöglichkeiten werden unsere Leistungsreserven angezapft. Energietanken und Stressabbau beginnen daher nicht erst nach der Arbeit!

In diesem Projekt wurden Stressmuster entlarvt, Kurz-Entspannungsübungen für den Schul- und Berufsalltag zur Weitergabe und Anwendung im Unterricht erlernt, zielgerichtete Maßnahmen zum Abbau von akutem Stress und Druck – vor allem in „Spitzenzeiten“ – aufgezeigt und das eigene Stressverhalten durch Selbstreflexion bewusst gemacht.

Ansprechpartnerin: Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Karin Laueremann,
E-Mail: direktion@bisopbaden.ac.at



LehrerInnen des BISOP Baden



„Gesundheit leben Gesundheit lernen“

Ein Projekt der Hauptschule St. Georgen am Walde
in Kooperation mit der Oberösterreichischen Gebietskrankenkasse



Mit dem Beginn des Schuljahres 2007/2008 wurde in der HS St. Georgen/Walde ein Diskussionsprozess in Gang gesetzt, der darauf abzielte, das Schulleitbild und in der Folge das Schulprogramm zu ergänzen. In einer LehrerInnenkonferenz wurde einstimmig beschlossen das Schulprogramm auf eine ökologische, soziale und gesundheitsfördernde Schule auszurichten und Gesundheitsförderung nachhaltig zu verankern. In allen acht Klassen der Schule wurden verschiedene Kleinprojekte durchgeführt.

Den Schwerpunkt bildete das Suchtpräventionsprojekt „GrenzenLOS – Rausch und Risiko“ in den 4. Klassen. Durch Spiele und Übungen wurde bei der Persönlichkeitsbildung der SchülerInnen angesetzt. Sie wurden gestärkt, um für sich Entscheidungen treffen und diese unabhängig von anderen vertreten zu können. Es wurden Möglichkeiten aufgezeigt, die den Weg in die Sucht verhindern sollen. Mit Blick auf die Gesundheit der SchülerInnen wurden das eigene Wohlbefinden, die eigene Leistungsfähigkeit und die Lebensfreude in den Mittelpunkt gestellt.

Eine große Nachhaltigkeit konnte auch dadurch erreicht werden, dass mit den örtlichen Geschäften die Vereinbarung getroffen wurde, an PflichtschülerInnen keine Energy-Drinks zu verkaufen.



Persönlichkeitsbildung in der HS St. Georgen am Walde

Ansprechpartner: Dir. Erwin Bindreiter, E-Mail: s411092@lss.eduhi.at

Der kleine MUGG - Mir & Uns Geht's Gut

Ein Projekt in oberösterreichischen Volksschulen in Kooperation
mit der Oberösterreichischen Gebietskrankenkasse und dem Landesschulrat für OÖ.



Das ganzheitliche Gesundheitsförderungsprojekt „Der kleine MUGG – Mir & Uns Geht's Gut“ wurde von der oberösterreichischen Gebietskrankenkasse ins Leben gerufen, um gesundheitlicher Benachteiligung von Volksschulkindern mit Migrationshintergrund entgegenzuwirken. Es wurde 2007 mit dem 1. Platz des Gesundheitspreises der Stadt Linz und 2009 mit dem Vorsorgepreis 09 in der Kategorie „Bildungseinrichtungen“ ausgezeichnet.

Im Schuljahr 2007/2008 startete das Projekt in oberösterreichischen Volksschulen. Die Ganzheitlichkeit wird im Speziellen durch die Berücksichtigung der Themen Ernährung, Bewegung und Psychosoziale Gesundheit erreicht. Fünf Pilotschulen haben im Schuljahr 2007/2008 an der Projektinitiative teilgenommen und durch die Einbeziehung aller in den Schulalltag involvierten Personen (SchülerInnen, LehrerInnen, Eltern, sonstiges Schulpersonal) einen großen Schritt in Richtung gesundheitsfördernde Schule unternommen.

Die Schulen erhielten unterschiedlichste Unterstützungsleistungen, die von Fortbildungsveranstaltungen für LehrerInnen über Materialien für den Klassenraum bis hin zu mehrsprachigen Kochkursen für Mütter reichten.

Bereits im ersten Projektjahr (Laufzeit 3 Jahre) konnte durch die Einführung eines „abgeschwächten kindgerechten“ Managementkreislaufs (Prozess wird durch SchülerInnen gestaltet) in den Schulen eine Sensibilisierung für Themen der Gesundheitsförderung auf allen Ebenen und das Verstehen des Zusammenhangs von Wohlbefinden und gesundheitsbezogenen Themen erreicht werden.

Die Projektinitiative konnte im Schuljahr 2008/2009 bereits auf zehn Volksschulen in Oberösterreich ausgeweitet werden.



Mütter beim mehrsprachigen Kochkurs

Ansprechpartnerin: Angelika Mittendorfer, OÖGKK, E-Mail: schule@ooegkk.at



Gesunde Internatsküche

Ein Projekt im HIB Saalfelden

in Kooperation mit der Salzburger Gebietskrankenkasse



Im HIB Saalfelden gibt es unter den SchülerInnen diverser Altersgruppen zusätzlich noch eine spezielle Gruppe der Leistungssportler. Der Wunsch, die Internatsküche besser an diese heterogene Zusammensetzung der SchülerInnen anzupassen, gab im Bundes- und Sportrealgymnasium Saalfelden den Anstoß für die Teilnahme am SGKK-Projekt „Gesundheit wird großgeschrieben“.

Im ersten Projektjahr ging es hauptsächlich um Bewusstwerdung und Informationssammlung zum Thema Ernährung. Es gab diverse Informationsveranstaltungen, wie zum Beispiel ein zweitägiges Spezial-Seminar über Ernährung für Leistungssportler. Im Zuge von Exkursionen in andere Internatsküchen wurde das Lehrmaterial vertieft; regelmäßig gab es eine Möglichkeit zum gemeinsamen Kochen in der hauseigenen Internatsküche. Eine Fortbildung für das Küchenpersonal wurde durch die Ernährungsberatung der SGKK durchgeführt.

Das Projekt setzt sich mit der Organisation eines gesunden Frühstücks im Internat fort –in Planung ist ein Workshop für „Gesundes Naschen“.

Das langfristige Projektziel ist die Umstellung der Ernährungsgewohnheiten, wobei die Einbindung der Projektmaßnahmen in die tägliche Arbeit der Schulküche Nachhaltigkeit zeigen soll.



Gesunde Internatsküche im HIB Saalfelden

Ansprechpartner: Mag. Wolfgang Stögg
E-Mail: hibsaalfelden@salzburg.at

Fit in school = cool

Ein Projekt der Hauptschule Ehrenhausen

in Kooperation mit der Steiermärkischen Gebietskrankenkasse



Dass Gesundheit ein fixer Bestandteil des Schulalltages ist, hat sich in vier Jahren Kooperation zwischen STGKK und HS Ehrenhausen entwickelt.

Zieht man Resümee, so gibt es eine Reihe an tollen und vor allem nachhaltigen Aktivitäten: Kurzpausen im Unterricht sind fixer Bestandteil, die SchülerInnen stellen ihre Jause von regionalen Anbietern selbst her, der Schulgarten wurde wiederbelebt und es gibt Streitschlichter unter den SchülerInnen. Darüber hinaus gab es Programme wie z. B. Tiergestützte Pädagogik, Gesundheit und Optimismus oder einen LehrerInnen-Gesundheitszirkel.

Im heurigen Schuljahr liegt ein Schwerpunkt bei der „Psychosozialen Gesundheit“. Das besondere Highlight bei den Maßnahmen ist jedoch der Ruheraum. Die Kinder werden mit Kerzenlicht, angenehmer Musik und bequemen Decken empfangen und Fantasiereisen, Atemübungen oder Geschichten ermöglichen Erholung und Ruhe in den Pausen. Der Andrang ist dementsprechend groß und Lernen bzw. Unterrichten geht dann wieder leichter!



SchülerInnen entspannen sich in den Pausen

Ansprechpartnerin: Dipl. Päd.ⁱⁿ Eva Hudimast
E-Mail: eva.hudimast@edumail.at



Prima Pane

Ein Projekt der Volksschule Bregenz-Schendlingen
in Kooperation mit dem Fonds Gesundes Vorarlberg



Um dem negativen Trend von Bewegungsmangel und Übergewicht bei SchülerInnen entgegen zu wirken wurde im Schuljahr 2007/2008 das Klassenprojekt „Prima Pane“ von der Lebensklasse der Volksschule Bregenz-Schendlingen ins Leben gerufen und in diesem Schuljahr als gesundes Schulprojekt weitergeführt.

Im Unterricht, durch Workshops und bei außerschulischen Aktionen wurde die Wichtigkeit gesunder Ernährung und ausreichender Bewegung vermittelt und durch kreative Ideen verwirklicht. Dabei entstand das Schendlinger Lochbrot – ein rundes Brot mit Loch in der Mitte aus Dinkel, Vollkorn und Jogurt, welches mit Obst und Gemüse kombiniert werden kann.

Jeder Schüler erhielt im Rahmen des Projekts einen Jausenpass, in den er seine Schuljause eintragen konnte, die dann nach ihrem Ernährungswert bewertet wurden. Neben einem Workshop für Genussdetektive, dem Besuch beim Bäckermeister, der monatlichen Schuljause mit integrierter Gymnastik war auch ein Lehrausgang in die Inatura Bestandteil des Projekts „Prima Pane“.

Ansprechpartner: Andreas Mikula, E-Mail: andreamikula@gmx.at
Homepage: www.vobs.at/vs-schendlingen



Die SchülerInnen sind stolz auf ihr selbst kreierte Schendlinger-Lochbrot

Bewegung – Mentaltraining – Ernährung

Ein Projekt an der Volksschule Erdbergstraße in 1030 Wien
in Kooperation mit der Wiener Gebietskrankenkasse



Schon im Volksschulalter ist es wichtig, den Kindern Bewegungsvielfalt, mentale Stärke und richtiges Essverhalten zu lehren.

Im Rahmen dieses Projektes in einer 2. Klasse der VS Erdbergstraße, das im Schuljahr 07/08 startete, wurde eine Vielzahl an Maßnahmen gesetzt um diese Ziele zu erreichen, wie z. B. eine zusätzliche wöchentliche Bewegungsstunde, „Hineinschnuppern“ in verschiedenste Sportarten, intensive Zusammenarbeit mit verschiedenen Sportvereinen, Ernährungsberatung für die Eltern, Gesunde Jause, Obstkorb in der Klasse, keine zuckerhaltigen Getränke, ausführliche Ernährungslehre aufbauend im Unterrichtsgegenstand, Übungen über die Sinne, Entspannungsübungen in kindgerechter Art, Atemtechniken, Körperbewusstseinsübungen, Suchtprävention - Aufbau des Selbstbewusstseins sowie Gewaltprävention durch Stärkung der Gruppe.

Ansprechpartnerin: Dipl. Päd.ⁱⁿ Gabriela Prinzingler
E-Mail: gabriela.prinzingler@gmail.com, Homepage: www.vserdberg.at



Mit Freude und Bewegung zu mentaler Stärke



Wissenswertes



Gütesiegel „Gesunde Schule OÖ“ erstmals verliehen

Eine Kooperation von
**Land Oberösterreich,
dem Landesschulrat für OÖ,
der Oberösterreichischen Gebiets-**

krankenkasse und dem Institut für Gesundheitsplanung

Die Verantwortung über das OÖ Gesundheitsziel 9 „Gesundheitsfördernde Schule“ wird in Kooperation vom Landesschulrat für OÖ und der Oberösterreichischen Gebietskrankenkasse getragen. Zur Zielerreichung wurde ein Arbeitskreis unter breiter Einbindung relevanter Institutionen und VertreterInnen der LehrerInnen- und Elternschaft gebildet. In diesem Arbeitskreis

wurde ein Gütesiegel, das die Qualität der Schulischen Gesundheitsförderung sicherstellen soll, entwickelt.

Beim Gütesiegel „Gesunde Schule Oberösterreich“ handelt es sich um ein nach außen hin sichtbares Zeichen, dass in der betreffenden Schule Konzepte und Maßnahmen der Schulischen Gesundheitsförderung Anwendung finden. Verbrieft wird eine ganzheitliche Gesundheitsorientierung der Schule im Sinne einer bedingungsbezogenen Gesundheitsförderung in der Schulwelt.

Das Gütesiegel wendet sich an Schulen, die Schulische Gesundheitsförderung bereits in den Regelbetrieb integriert haben und die erforderlichen Qualitätskriterien (Ganzheitliches Gesundheitsverständnis, Berücksichtigung der Verhältnis- und Verhaltensebene, Einbeziehung aller Betroffenen, Vernetzung, Nachhaltigkeit, Strukturierte Herangehensweise, Dokumentation und die Berücksichtigung von Bedürfnissen unterschiedlicher Gruppen) zumindest in weiten Teilen erfüllen.

Das Gütesiegel wird für eine Laufzeit von jeweils 3 Jahren verliehen. Entscheidend ist die Begutachtung durch eine Fachjury. Nach Ablauf der 3-Jahres-Frist ist das Gütesiegel neuerlich zu beantragen und die Gesundheitsorientierung der Schule erneut zu prüfen.



Am 4. Februar 2009 wurde das Gütesiegel „Gesunde Schule Oberösterreich“ im Rahmen eines feierlichen Festaktes zum ersten Mal an folgende 11 Schulen verliehen: Berufsschule Rohrbach, BRG Gmunden, HS Alkoven, Johann Eisterer Landesschule Steegen, PTS Eferding, VS 8 Wels Vogelweide, VS Hellmonsödt, VS Luftenberg, VS Pram, VS Windhaag bei Perg, HS 1 Schärding. Wir gratulieren den Schulen ganz herzlich!

Nähere Informationen finden Sie auf der Homepage der OÖGKK:

<http://www.ooegkk.at> im Bereich

Vorsorge / Gesundheitsförderung / Schulische Gesundheitsförderung

und unter:

http://www.lsr-ooe.gv.at/gesunde_schule/default.htm

Termine

12. Mai 2009:

Erfahrungsaustausch der Partnerschulen
in der Salzburger Gebietskrankenkasse
Informationen: schule@sgkk.at

19. Mai 2009:

„Gesunde Schule, bewegtes Leben“: Informationsveranstaltung für interessierte Schulen in der STGKK
Information und Anmeldung: schule@stgkk.at

27. Mai 2009:

Veranstaltungen im GIZ Gesundheits-Informations-Zentrum der SGKK
9 – 14 Uhr: Weltnichtrauchertag
15 – 17 Uhr: Haut und Sonne
Ansprechpartnerin: margit.somweber@sgkk.at

17. Juni 2009:

Präsentation der Gesundheitsprojekte des Schuljahres 2008/09
„Gesundheit leben Gesundheit lernen“
der Oberösterreichischen GKK im ORF Landesstudio OÖ
Informationen: schule@ooegkk.at

29. September 2009:

„Gesundheitsförderungstag des Wiener Netzwerks Gesundheitsfördernde Schulen (WieNGS)“
Vorträge – Aktionen – Präsentationen.
9 – 15 Uhr im Wappensaal des Wiener Rathauses
Information: albert.mattes@phwien.ac.at

Aktion „Besuch im KIDZ“

für SchülerInnen
im KIDZ-Dentalzentrum für Kinder und Jugendliche der OÖGKK jeweils Dienstag und Donnerstag von 9.00 bis 11.00 Uhr
Informationen und Anmeldung:
renate.zeilberger@ooegkk.at



NEWSLETTER

Service Stelle Schule Wir fördern Gesundheit

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



Mag.^a Barbara Gravogl, Tel. 050/899-5156
Patrizia Nikzad, Tel. 050/899-5162
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.^a Ulrike Lassacher MAS, Tel. 0662/8889-1043
E-Mail: ulrike.lassacher@sgkk.at
Mag.^a 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.^a (FH) Verena Krammer, Tel. 0316/8035-1310
Corinna-Maria Schaffer BA, Tel. 0316/8035-1938
E-Mail: schule@stgkk.at
Steiermärkische Gebietskrankenkasse
Josef-Pongratz-Platz 1
8010 Graz
www.sozialversicherung.at/schule



Mag.^a Gabriele Rendl, Tel. 050/5855-2124
Mag.^a (FH) Anja Matschilnig, 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.^a Sarah Sebinger, Tel. 05 78 07 - 10 35 02
E-Mail: schule@ooegkk.at
Oberösterreichische Gebietskrankenkasse
Gruberstraße 77
4021 Linz
www.sozialversicherung.at/schule