



SERVICE STELLE SCHULE

Termine / Wissenswertes

Unsere AnsprechpartnerInnen für

Termine

8.11.2006:

1. Projektgruppentreffen der GKK-Projektschulen in der Steiermärkischen Gebietskrankenkasse

15. - 17.11.2006:

Fachvorträge Informationsreihe „Gesundes Salzburg“: Mit Freude altern - Was die Seele im Alter braucht, Veranstalter: Salzburger Gebietskrankenkasse mit den Salzburger Nachrichten, Informationen: margit.somweber@sgkk.sozvers.at

16.11.2006:

Diabetes-Tag im GIZ, margit.somweber@sgkk.sozvers.at

23.11./24.11.2006:

8. Österreichische Präventionstagung: Gesunde Jugend, gesundes Altern - Generationspezifische Ansätze in der Gesundheitsförderung, Veranstalter: Fonds Gesundes Österreich, office@bkkommunikation.at, Wien

23.11./24.11.2006:

Jahrestagung der ÖGE: "Nährstoffe in der Prävention und Gesundheitsförderung", Wien, Infos: Österreichische Gesellschaft für Ernährung, Tel.: 01/7147193, info@oege.at

30.11./01.12.2006:

Fachtagung -Seelische Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen, Hall in Tirol, Information: Mag. Gerhard Gollner, Tel.: 0512 / 585730, gerd.zehetner@kontaktco.at

1.12.2006:

Informationstag im GIZ zu den Themen: Hepatitis, Aids, margit.somweber@sgkk.sozvers.at

Jänner 2007:

Projektgruppentreffen „Gesundheit leben – Gesundheit lernen“ in der OÖGKK schule@oogkk.at

Jänner 2007:

Beratung zur Prävention für übergewichtige Kinder und Jugendliche im Pflichtschulalter und deren Eltern in Oberösterreich, elisabeth.mayr-frank@oogkk.at

April 2007:

Ernährungstag der Kärntner Gebietskrankenkasse, oeffentlichkeitsarbeit@kgkk.sozvers.at

Wissenswertes

Nichtrauchen macht reich! – Eine Initiative des Hauptverbandes der österreichischen Sozialversicherungsträger



Die glückliche Gewinnerin Julia Weber bei der Preisübergabe durch Herrn Dr. Harald Seiss (SGKK)

Im Zuge der Aktion „Nichtrauchen macht reich!“ waren alle SchülerInnen dazu aufgerufen, sich Gedanken darüber zu machen, was sie sich statt Zigaretten kaufen würden. Ziel der Kampagne war es, den Jugendlichen aufzuzeigen, dass rauchen nicht nur die Gesundheit belastet, sondern auch die Geldbörse. Die Rückmeldungen zur Kampagne waren sehr zahlreich und vor allem sehr positiv. Die originellste Idee wurde von einer ExpertInnenjury mit einer brandneuen Playstation 2 inklusive Eyetoy: Kinetic premiiert. Gewonnen hat der Vorschlag der 14jährigen Schülerin Julia Weber aus Salzburg, die laut eigenen Angaben das Ersparte für sportlicher Aktivitäten investieren würde. Mit der Playstation 2 kann die Gewinnerin mit einem videoanimierten Personaltrainer Ihre persönliche Fitness stärken, und dadurch zusätzlich Ihren Gesundheitsgewinn erhöhen.

Rauchertelefon

Tabakkonsum stellt auch im schulischen Bereich ein seit Jahrzehnten bestehendes Diskussionsthema dar. Gesetzlich wurde der Glimmstängel bereits aus öffentlichen Gebäuden, darunter auch Schulen, verboten. Folglich ist zwar der blaue Dunst aus dem direkten schulischen Kontext verschwunden, dennoch bleibt der Sucht- und Gewohnheitsfaktor für viele Jugendliche und Lehrkräfte bestehen. Hilfe beim Rauchstopp bietet das Rauchertelefon. Unter 0810 810 013 können von Montag bis Freitag zwischen 15:00 und 18:00 Uhr österreichweit zum Ortstarif speziell in der Raucherentwöhnung und Telefonberatung ausgebildete Klinische und Gesundheitspsychologinnen zu Rate gezogen werden.

Tel. 0810 810 013
info@rauchertelefon.at, www.rauchertelefon.at



Frau Mag^a. Ulrike Lassacher
Tel.: 0662/8889-428

E-Mail: schule@sgkk.sozvers.at
Fax: 0662/8889-293

Salzburger Gebietskrankenkasse
Faberstraße 19-23
5024 Salzburg
www.sozialversicherung.at/schule



Frau Carolin Amann
Tel: 050/8455 - 1112

E-Mail: carolin.amann@vgkk.sozvers.at

Vorarlberger Gebietskrankenkasse
Jahngasse 4
6850 Dornbirn



Frau Daniela Mair
Tel: 059160-1605

E-Mail: daniela.mair@tgkk.at

Tiroler Gebietskrankenkasse
Klara-Pöit-Weg 2
6020 Innsbruck
www.sozialversicherung.at/schule



Frau Hannelore Kleemaier
Tel.: 0732/7807-2835

Frau Mag^a. Sarah Sebinger
Tel.: 0732/7807-3254

E-Mail: schule@oogkk.at
Fax: 0732/7807-2680

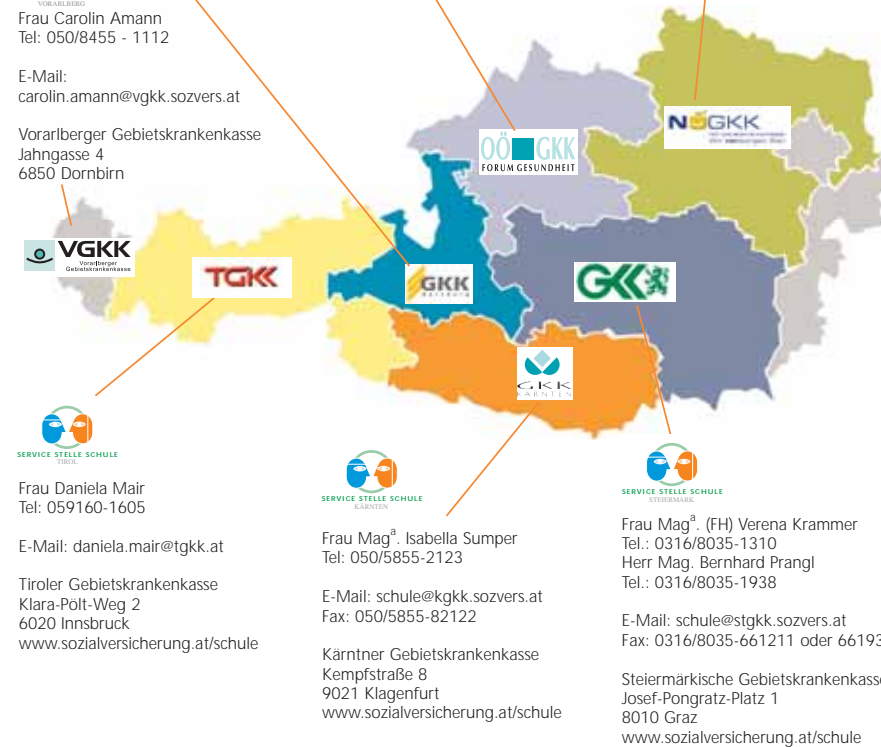
OÖ Gebietskrankenkasse
Gruberstraße 77
4020 Linz
www.sozialversicherung.at/schule



Frau Christine Bogner
Tel.: 050/899-6210
Frau Patrizia Schagerl
Tel.: 050/899-6216

E-Mail: schule@noegkk.at
Fax: 050/899-6280

NÖ Gebietskrankenkasse
Dr.-Karl-Renner-Promenade 14-16
3100 St. Pölten
www.sozialversicherung.at/schule



2 / November 2006

NEWSLETTER



SERVICE STELLE SCHULE



Herausgeber:
Steiermärkische Gebietskrankenkasse,
Josef-Pongratz-Platz 1, 8010 Graz
www.stgkk.at
Gestaltung und Produktion:
OÖ Gebietskrankenkasse,
Forum Gesundheit,
Referat für Öffentlichkeitsarbeit und
Kommunikation
Gruberstraße 77, 4021 Linz
www.oogkk.at
www.forumgesundheitsat
Druck:
Trauner Linz

Reflexion und Dokumentation bei schulischen Gesundheitsförderungsprojekten

Wie kann die Schule die Wirksamkeit ihrer Gesundheitsförderungsprojekte überprüfen und warum sollte sie das tun?

So viel steht fest: Gesundheitsförderungsprojekte bedeuten für das ausführende Projektteam (Direktion, LehrerInnen, SchülerInnen, SchularztInnen, SchulpsychologInnen, ElternvertreterInnen,...) eine große Chance, aber auch einen beträchtlichen Aufwand. Umso wichtiger ist es daher, mit dem geleisteten hohen Einsatz erfolgreich zu sein. Zwei wichtige Maßnahmen unterstützen dies: Die Zielformulierung sowie die Reflexion und Dokumentation des Projektes.

In der Projektplanung ist darauf zu achten, klare, realistische und überprüfbare Ziele zu formulieren. Weiters sollten bereits vorweg die Dokumentation der Maßnahmen und Bewertung der Zielerreichung eingeplant werden. Diese „Bewertung der Praxis mit dem Ziel daraus zu lernen“¹ wird als Evaluation bezeichnet. Das Ziel der Evaluation ist es somit, die Wirksamkeit des Projektes zu verbessern. Evaluation kann sowohl projektbegleitend (formativ)² als auch am Ende des Projektes (summativ)³ durchgeführt werden.⁴

Folgende Ebenen der Evaluation werden unterschieden:

- **Prozessevaluation:** Auf Basis einer Projektbeschreibung (Strukturen, Rahmenbedingungen, Prozesse) werden die Projektinhalte verbessert und weiterentwickelt.
- **Ergebnisevaluation:** u.a. Bewertung des Angebotes durch die Zielgruppe sowie Wirkungen des Angebotes für die Zielgruppe.
- **Strukturevaluation:** Bereitstellen von Entscheidungsgrundlagen für die Schulleitung (Auftraggeber) zur Weiterführung des Projektes.⁵

Eine Evaluation schulischer Projekte im wissenschaftlichen Sinne stellt für die projektdurchführenden Schulen eine sehr große Herausforderung dar und bedarf im Regelfall einer externen wissenschaftlichen Unterstützung. Was Schulen hingegen durchführen können und sollen, ist eine begleitende und abschließende Projekt-Dokumentation und Reflexion. Im Rahmen von Feedbackrunden und Befragungen von SchülerInnen, LehrerInnen und Eltern können folgende Informationen gewonnen werden:

- **Wirksamkeit:** Lief alles ab wie vorgesehen? Was geschah? Was wurde getan? Wo gab es Schwierigkeiten, unvorhergesehene Hindernisse? Was war/lst erfreulich? (Prozessebene)
- **Wirksamkeit:** Wie weit wurden die gesteckten Ziele erreicht? Wie sind die Abweichungen zu erklären? Gab es Nebeneffekte, wie wichtig sind sie? (Ergebnisebene)
- **Wirtschaftlichkeit:** Steht das Erreichte in einem vernünftigen Verhältnis zum Aufwand (an Zeit, Geld, Nerven)? Hat es sich gelohnt, warum, für wen? (Strukturebene)
- **Lernen und Innovation:** Welche neuen Erkenntnisse habe ich gewonnen? Welche Erfahrungsmöglichkeiten sind wichtig? Was lässt sich verbessern, was übertragen? (Ergebnis-, Prozess- und Strukturebene)

Fortsetzung auf Seite 2

Die besten Ergebnisse einer Projekt-Dokumentation und Reflexion werden erreicht, wenn diese systematisch geplant ist. Folgende Struktur bietet sich dafür an:

- **Definition von Erfolgskriterien/Zielen:** Was ist ein Erfolg?
- **Formulieren von Indikatoren:** Woran erkennen wir den Erfolg?
- **Festlegen von Instrumenten:** Wie führen wir die Dokumentation und Reflexion durch?
- **Erstellen eines Aktionsplanes:** Wann im Projektverlauf wird welches Instrument eingesetzt?
- **Durchführung der Dokumentation und Reflexion im geplanten Ausmaß und in der geplanten Art und Weise**
- **Analyse der Ergebnisse**
- **Konsequenzen ziehen und nächste Schritte planen**

Resümee:

Eine Bewertung des Projektverlaufs sowie der Ergebnisse stellt für Projektgruppen bei rechtzeitiger Planung einen vertretbaren Aufwand im Verhältnis zum erzielbaren Nutzen dar. Ihre regionale Schulservicestelle berät Sie gerne bei der Durchführung Ihrer Reflexions- und Dokumentationsmaßnahmen.

¹ „Evaluation ist die informierte Bewertung von Praxis um daraus zu lernen und Praxis weiter zu entwickeln.“ (F. Rauch, Universität Klagenfurt, Institut für Unterrichts- und Schulentwicklung, 2005)

² Die formative Evaluation begleitet eine Maßnahme, wobei die Ergebnisse in die laufende Planung einfließen.

³ Die summative Evaluation wird am Ende einer Maßnahme durchgeführt und evaluiert die Ergebnisse.

⁴ F. Rauch, Universität Klagenfurt, Institut für Unterrichts- und Schulentwicklung, 2005

⁵ Gesundheitsförderung in den Schulen Österreichs. Strategiepapier des bm:bmwk, S. 34, 2006

⁶ vgl. PPP Wolfgang Stark, 7. Österreichische Gesundheitsförderungskonferenz, 25. Mai 2005.



Beispiele aus der Praxis

Kraftvoll statt Alkohol

Ein Projekt des BG/BRG Lerchenfeld in Kooperation mit der Kärntner Gebietskrankenkasse

Das Thema Alkohol wurde als zentraler Ansatz des schulischen Gesundheitsförderungsprojektes „Kraftvoll statt Alkohol“ im BG/BRG Lerchenfeld ausgewählt. „Kraftvoll statt Alkohol“ wurde zum Leitspruch der Schule im Schuljahr 2005/2006, welcher durch Ansteckbuttons, die von den SchülerInnen gestaltet wurden, über die Schulmauern hinaus transportiert wurde. Die inhaltlichen Schwerpunkte des Projekts waren das Aufzeigen von körperlichen, sozialen und psychischen Folgen des Alkoholkonsums sowie die Stärkung des Selbstbewusstseins der Jugendlichen. Antialkoholische Getränke wurden als „cool“ und positiv erkannt und präsentiert. In einem Rap zur Alkoholthematik, einem modernen, schwungvollen Tanz sowie in zahlreichen grafischen Darstellungen und Texten stellten die SchülerInnen ihre Erfahrungen mit Alkohol und die im Projekt gelernten Inhalte bildhaft und sprachlich dar. In Zusammenarbeit mit der Kärntner Gebietskrankenkasse entstand im Laufe der Projektarbeit zudem auch eine Wanderausstellung unter dem Titel „Kraftvoll statt Alkohol“.

Ansprechpartnerin: Mag. Irmgard Biedermann, irmgard.biedermann@aon.at; Telefon: 0463/54685-13.

Das große ich bin ich

Ein Projekt der Hauptschule Munderfing in Kooperation mit der Oberösterreichischen Gebietskrankenkasse

Seit dem Schuljahr 2004/05 arbeiten SchülerInnen aller Klassen und das gesamte Kollegium der Hauptschule Munderfing an einem umfassenden Gesundheitsförderungsprojekt. Zielsetzungen sind Gewaltprävention und die Anregung zu einer gesunden Lebensweise. So wurden z.B. Mediatoren ausgebildet, die den jeweiligen Klassen bei Konflikten als StreitschlichterInnen zur Verfügung stehen. Stärkung des Selbstbewusstseins durch Aktivitäten mit erlebnispädagogischen Inhalten, Bewegungs- und Animationsgeräte zur Pausengestaltung, Brain- Gym- Übungen, suchtpräventive Aktivitäten sind nur einige Beispiele der breiten Angebotspalette.

Eine schulinterne LehrerInnenfortbildung bot Gelegenheit, Methoden zur Förderung der Selbständigkeit und bewegungsorientierte Lernformen kennen zu lernen und im Schulalltag einzusetzen. Auch die „Gesunde Gemeinde“ ist in das Projekt eingebunden. Dieses erfolgreiche Projekt wird im Schuljahr 2006/07 weitergeführt.

Ansprechpartner: Adi Steinbach, office@hsmunderfing.at



HS Munderfing



Die Steiermärkische Gebietskrankenkasse stellt sich vor

Gesunde Schule – Bewegtes Leben



Mit dieser Initiative hat die StGKK ein Projekt ins Leben gerufen, von dem SchülerInnen, LehrerInnen und Eltern profitieren. Gesund sein und bleiben schafft die Basis für ein ausgeglichenes und erfülltes Miteinander. Im Mittelpunkt stehen Themen wie Ernährung, Bewegung und Umwelt – was lässt sich daran verändern und verbessern, um unsere Gesundheit zu fördern. Die StGKK steht zu den Themen Ernährung und Bewegung für verschiedene Beratungen zur Verfügung. In jedem Projektjahr kann die Schule zwei Module aus dem jeweils aktuellen Angebot wählen. Detailinformationen gibt es auf: www.stgkk.at/vorsorge/gesundheitsfoerderung

AnsprechpartnerInnen:

Mag. Bernhard Prangl, Telefon: 0316/8035-1938,
Mag³.(FH) Verena Krammer, Telefon: 0316/8035-1310,
Gabriele Hahn, Telefon: 0316/8035-1935;
E-Mail: schule@stgkk.at
Steiermärkische Gebietskrankenkasse,
Josef-Pongratz-Platz 1, 8010 Graz
www.sozialversicherung.at/schule, www.stgkk.at



Doppel Fit

Ein Projekt der Niederösterreichischen Gebietskrankenkasse in Kooperation mit dem Verein Gesundes Tulln und der Stadtgemeinde Tulln



DoppelFit wurde im Schuljahr 2006/2007 in den ersten Klassen der Tullner Volksschulen gestartet und soll die Kinder bis zur vierten Schulstufe begleiten. Ziel ist es, Handlungsfehler und Übergewicht zu verhindern sowie das Selbstwertgefühl und damit die psychische Gesundheit der Kinder zu stärken.

Wie funktioniert DoppelFit? Mittels Fragebogen, medizinischem Check und sportmotorischem Test werden Verhaltensgewohnheiten, Gesundheitszustand und Grundbeweglichkeit der Kinder festgestellt. Danach stehen regelmäßig altersgerechte Ernährungs-Workshops mit einer Diätologin und zielgerichtete Bewegungseinheiten mit ausgebildeten Trainern am Stundenplan.

Da Gesundheitserziehung am besten unter Einbeziehung des Elternhauses funktioniert, wird es zusätzlich Elternvorträge und Aktiv-Workshops für Eltern und Kinder geben.

Durch das Projekt DoppelFit wollen wir einen wesentlichen Beitrag zur Qualitätsentwicklung der schulischen Gesundheitsförderung besonders in Volksschulen leisten.

Ansprechpartnerinnen: Christine Bogner, Patrizia Schagerl, Telefon 050/899-6210 oder 6216, schule@noegkk.at

Kurzturnen im Berufsschulalltag

Ein Projekt der Landesberufsschule Tamsweg in Kooperation mit der Salzburger Gebietskrankenkasse



Aufgrund persönlicher Beobachtungen des Bewegungsverhaltens der Jugendlichen und der Tatsache, dass es in Berufsschulen keinen Pflichtgegenstand Bewegung und Sport gibt, entschied sich das Lehrerkollegium der Landesberufsschule Tamsweg zur Etablierung von regelmäßigen Kurzturneinheiten im Unterricht. Am Beginn des Projektjahres erhielten die LehrerInnen eine Einschulung zur Umsetzung des Projektes in den Klassenzimmern. Die SchülerInnen gestalteten Übersichtsposter mit verschiedenen Übungen zur Kräftigung und Entspannung, die in jedem Klassenzimmer aufgehängt wurden. Anhand dieser Anleitungen kräftigten, lockerten und entspannten sich die Jugendlichen der LBS Tamsweg gemeinsam mit ihren LehrerInnen zweimal täglich, jeweils am Vormittag und am Nachmittag für einige Minuten. Die „bewegten Fünf-Minuten“ sind mittlerweile eine fixe Installation in der LBS Tamsweg und werden auch in Zukunft beibehalten. Abgerundet wurde das Projekt durch Ernährungsvorträge und –workshops.

Ansprechpartnerin: Dipl.-Pad. Silvia Gautsch, sekretariat@lbs.tamsweg.salzburg.at

Lebe bewegt – gesunde Schule leben

Ein Projekt der Haupt- und Realschule Arnfels in Kooperation mit der Steiermärkischen Gebietskrankenkasse



Die SchülerInnen und PädagogInnen der Haupt- und Realschule Arnfels legten mit dem schulischen Gesundheitsförderungsprojekt „Keep fit“ den Aktionsschwerpunkt im Schuljahr 2005/2006 auf die Themen Ernährung und Bewegung. Im Rahmen einer in diesem Projekt durch die StGKK durchgeführten IST-Zustandsanalyse wurde das Gesundheitsverhalten der 11-, 13- und 15-jährigen SchülerInnen mittels der HBSC-Befragung (Health Behaviour of Schooled Children) erhoben. Die Schule selbst dokumentierte den Projektverlauf in Form eines Bildbandes. Als Rückmeldung für die Projektleitung füllten die am Projekt beteiligten SchülerInnen einen einfachen, von der Projektleitung erstellten Feedback-Bogen aus, der im Überblick folgende Ergebnisse zu Tage brachte:

Von den insgesamt 52 befragten SchülerInnen gaben 51 an, dass Ihnen das Projekt „Sehr gut“ gefallen hat. Als „Besonders gut“ wurden die in den Schulalltag integrierte gesunde Jause sowie die regelmäßig abgehaltenen Kurzturneinheiten im Unterricht beurteilt. Auch gaben die SchülerInnen mehrheitlich an, dass sie jetzt bewusster darüber nachdenken, ob das, was sie essen, auch gesund ist.

Ansprechpartnerin: HOL Renate Kranabetter, Telefon 03455/8066; kranabetter@hs-arnfels.asn-graz.ac.at

Im nächsten Newsletter, der im Juni 2007 erscheint, präsentiert sich die Servicestelle Schule der Tiroler Gebietskrankenkasse mit ihren Initiativen und Angeboten.