



- 1 | Editorial
- 2 | Berichte
- 3 | Fort- und Weiterbildung
- 4 | Wissenschaft
- 5 | Projekte aus der Praxis
- 6 | Literatur
- 7 | Aus dem Netzwerk...

Willkommen bei der 6. Ausgabe des WieNGS-Newsletters!

Wieder mit Neuigkeiten aus dem Lebensraum Schule und Tipps zu interessanten Veranstaltungen aus der Gesundheitsförderung - noch rechtzeitig vor Weihnachten!

1 | Editorial

Verehrte Direktorinnen und Direktoren!
Sehr geehrte Kolleginnen und Kollegen!
Liebe Freundinnen und Freunde des WieNGS!

Es ist mir eine große Ehre, das WieNGS seit September 2011 als Netzwerkkoordinatorin zu begleiten. Viele von Ihnen durfte ich bereits bei Veranstaltungen persönlich kennenlernen.

Besonders der Austausch untereinander ist es, der das WieNGS so lebendig macht und der auch Ihr Handeln in der Schule beleben soll.

Als Pädagogin/Pädagoge gibt es einige Grundzüge, die - egal welche Schulart und welche Schulstufe - immer positiv zum Gelingen des Schulalltags beitragen: sich Wohlfühlen, gegenseitiger Respekt, fachliche Qualifikation, gute Rahmenbedingungen, optimale Ressourcennutzung und eine Portion „Herz“. Das sollten unsere täglichen Begleiter in den Schulen - aber auch in unserem Netzwerk - sein. So möchte ich Sie bitten, Ideen, Wünsche, Anregungen aber auch Beschwerden allzeit an uns zu richten.

Der erste Überblick über das Geschehen in den vielen WieNGS Schulen hat mich zutiefst beeindruckt und zeigt einmal mehr, was Pädagoginnen und Pädagogen in unserer Stadt leisten.

Auf diesem Weg möchte ich Ihnen für Ihre bisher geleistete Arbeit im Sinne der Gesundheitsförderung ganz herzlich danken und freue mich auf noch viele spannende Aktivitäten.

Ich wünsche Ihnen und Ihren Lieben ein harmonisches Weihnachtsfest und

Gesundheit im Jahr 2012!

Auf eine gesunde Zusammenarbeit im neuen Kalenderjahr freut sich

Mag^a. Petra Ebenauer



Zur Person:

Petra Ebenauer wurde 1973 in Steyr OÖ geboren, ist verheiratet und hat zwei Töchter.

2 | Berichte

Jour Fixe Nachlese

Seit diesem Semester finden die WieNGS Jour fixe getrennt nach WieNGS Stufen statt. Wir erwarten uns, besser auf die Bedürfnisse der einzelnen WieNGS Schulen eingehen und die spezifischen Anliegen der Schulen besser berücksichtigen zu können. Die jeweiligen nächsten Termine finden Sie auch auf der Webseite (www.wiengs.at) bzw. in der Rubrik „Aus dem Netzwerk“.

Ziele entwickeln

Am 20.9.2011 für die WieNGS Stufe 2 und am 18.10.2011 für die WieNGS Stufe 3 unterstützte Dr. Werner Chromecek von der Wiener Gebietskrankenkasse (WGKK) die Arbeit an den Projektzielen für die konkreten WieNGS Projekteinreichungen. Dr. Werner Chromecek ist Gesundheitsbeauftragter in der WGKK, arbeitet in der Personal- und Organisationsentwicklung und stand im Jour fixe als Berater zur Verfügung.

Nach einem theoretischen Input, der sich den Grundfragen - Was sind Ziele? Wozu brauchen wir Ziele? Wie formuliere ich sie richtig? - widmete, wurde die Unterscheidung in Leistungsziele, Ressourcenziele, Verhaltensziele und Entwicklungsziele möglich.

Ein Standard für die Formulierung von Zielen ist die SMART-Regel:

S – spezifisch

M- messbar

A- aktionsorientiert, Aktionen beschreiben

R - realistisch

T- terminisiert - Zeitvorgaben, Zwischentermine setzen

Im praktischen Teil wurden die bisher formulierten Ziele überprüft

(Fragestellungen: Passen die Ziele nach dem, was jetzt gelernt wurde, noch? Wenn ja, warum ist das Ziel smart? Wenn nein, wie formuliere ich das Ziel um, damit es smart wird?), die vorhandenen Ziele diskutiert bzw. umformuliert und neue Ziele für

die Projekte an den Schulen erarbeitet.

Qualitätskriterien zur Gesundheitsförderung an den Schulen

Die Qualitätskriterien wurden im österreichweiten Gesunde Schule Projekt (www.gesundeschule.at) entwickelt und sollen die Umsetzung von Gesundheitsförderung in den Schulen unterstützen. Sie umfassen folgende Qualitätsbereiche (Stand Oktober 2008):

1. Qualitätsbereich Gesundheitsmanagement
2. Qualitätsbereich LehrerInnen und Lernen
3. Qualitätsbereich Ernährung
4. Qualitätsbereich Bewegung
5. Qualitätsbereich Psychosoziale Gesundheit
6. Qualitätsbereich Suchtprävention
7. Qualitätsbereich Materielle Umwelt und Sicherheit

Die einzelnen Themen bestehen jeweils aus Handlungsfeld, Standard, Handlungsempfehlungen und Ideen zur Umsetzung.

Im Jour fixe der Stufe 2 am 18.11.2011 wurden diese Handlungsfelder und die dazu empfohlenen Standards und Handlungsempfehlungen hinsichtlich der Umsetzbarkeit an den Schulen diskutiert. In der Reflexion wurde deutlich, dass einige Standards in den WieNGS Schulen schon selbstverständlich umgesetzt werden, andere als Qualitätskriterium vehement abgelehnt werden, weil sich die LehrerInnen nicht in der Lage sehen, diese Handlungsfelder mit ihren Möglichkeiten zu beeinflussen. Die Diskussion wird auf weiteren WieNGS Veranstaltungen fortgesetzt.

WieNGS Tagung am 4.10.2011 im Wiener Rathaus

In der diesjährigen WieNGS Jahresveranstaltung „Das WieNGS im 15. Jahr: Rundblick – Einblick – Ausblick“ blickte das WieNGS auf die Erfahrungen des Netzwerks und der WieNGS Schulen zurück. Die Jahrestagung fand am 04.10.2011 von 09:00-16:00 im Wiener Rathaus im Wappensaal statt und wurde von Julia Schriffel moderiert. Die SchülerInnen der HLW Sozialmanagement im Caritas Ausbildungszentrum unter der Leitung von Franziska Schoby eröffneten die Tagung mit einem Indischen Tanz. Es war ein schwungvoller Anfang mit großem Applaus!

Mit einleitenden Worten von WieNGS Koordinatorin Mag^a. Petra Ebenauer (PH Wien), Direktor der WGKK Mag. Johann Mersits, Vizerektorin der PH Wien Mag^a. Ruth Petz, WiG Geschäftsführer Dennis Beck, Stadtschulratspräsidentin Mag^a. Drⁱⁿ. Susanne Brandsteidl und der 3. Präsidentin des Wiener Landtags Marianne Klicka wurde die Tagung dann „offiziell“ eröffnet. Einen Rückblick und einen Ausblick auf die weitere Entwicklung der Gesundheitsförderung in der Schule gab der Bildungsreferent Sigi Seeger, der Erfahrungen aus den deutschen Netzwerken zur Gesunden Schule mitbrachte. Danach brachten die SchülerInnen der KMS Enkplatz mit dem Vitamin Rap das Publikum in Schwung. So wurden alle Gästen wach und bereit, den weiteren Vorträgen zu lauschen: „Blitzlichter aus 15 Jahre WieNGS Evaluation“ lieferten Mag^a. Drⁱⁿ. Lisa Guggelberger und Mag^a. Edith Flaschberger vom Ludwig Boltzmann Institute for Health Promotion Research. Anschließend brachte Jeanette Schulz eine Kostprobe Lachyoga mit und lud ein, gemeinsam zu lachen und das ohne Grund. Die ZuhörerInnen nahmen die Anregungen gerne an.

Petra Mahmoudian gab Einblicke in die Positive Psychologie und Tipps zur Arbeitsfreude als mögliche Strategie und Ressource für den Schulalltag. In der Mittagspause war für das leibliche Wohl bestens gesorgt – es gab ein gesundes Buffet, u.a. mit gesunden Weckerln von Ströck und Gourmet Group sowie mit

Getränken von Pago und Römerquelle. Wie jedes Jahr konnte man sich an den Ständen der AusstellerInnen zu den verschiedensten Gesundheitsthemen informieren.

Der Nachmittag gehörte den praktischen Erfahrungen aus den WieNGS Schulen: die WiG prämierte gemeinsam mit Mag^a. Renate Payer von Public Art Projects die PreisträgerInnen der Ich-Du-Wir Projekte des vergangenen Schuljahrs. Anschließend stellten Schulen ihre Projekte aus der Praxis vor. Das Speed dating gab den TeilnehmerInnen die Möglichkeit zu einem produktiven Austausch über Projekte und brachte sie wieder in Schwung.

Es folgte ein Vortrag von Drⁱⁿ. Eva Mitterbauer, die sich ebenfalls auf die schulische Praxis bezog. Ein Rückblick auf das WieNGS und 15 Jahre WieNGS Arbeit von Drⁱⁿ. Tina Svoboda und Drⁱⁿ. Bettina Kolb rundete die Tagung ab.

Weitere Informationen und die Präsentation zum Downloaden finden Sie im Infocenter auf: www.wiengs.at

3 | Fort- und Weiterbildung

Fortbildungsveranstaltungen aus der Pädagogischen Hochschule Wien Lebensraum Schule

Fortbildungsveranstaltungen
zum Thema Gesundheitsförderung
Sommersemester 2012
an der Pädagogischen Hochschule Wien
1100 Wien, Grenzackerstraße 18

Ansprechpartnerin:

petra.ebenauer@phwien.ac.at

Seminarreihe Gesundheitspädagogik und Gesundheitsmanagement

Ziele dieser Seminarreihe sind u.a., nachhaltig Gesundheitsförderung in den Schulentwicklungsprozess zu integrieren, Gesundheitsförderung und Bewegung als besondere Bestandteile einer guten schulischen Ausbildung zu sehen und Kompetenzen im Umgang mit Gesundheit zu entwickeln und eine gesundheitsförderliche Gestaltung vom Setting Schule zu ermöglichen. Das 7. und letzte Seminar zu „Bewegung und Sicherheit“ sowie „Raumgestaltung und Ergonomie“ findet von 21.-23.2.2012 an der PH Wien statt. Weitere Informationen unter www.ph-online.ac.at mit der Lehrveranstaltungsnummer 6012IKL001.

Alle Veranstaltungen basieren auf dem Gesundheitsbegriff der WHO. Sie befassen sich mit Bereichen der physischen, psychischen und sozialen Gesundheit und helfen, den Lebensraum Schule für alle Beteiligten lebenswerter zu machen. Weitere Informationen für Fortbildungen:

www.phwien.ac.at/fortbildung

4 | Wissenschaft

Netzwerke in Europa

Das internationale Netzwerk SHE (Schools for Health in Europe) vernetzt nationale KoordinatorInnen aus insgesamt 43 Ländern Europas. Eine große Anzahl der nationalen und regionalen Gesundheitsförderungsinitiativen in diesen 43

Mitgliedsländern sind als Netzwerke organisiert. Einige Länder organisieren ihre Gesundheitsförderungsinitiativen in Form von nationalen Netzwerken, also Netzwerke, die übergreifend auf der nationalen Ebene agieren. Diese Netzwerke verknüpfen meist regionale Akteure bzw. NetzwerkkoordinatorInnen regionaler Netzwerke. **Wales** hat zum Beispiel ein solches nationales Netzwerk, in dem Personen, die auf Ebene der „unitary authorities“ (vergleichbar mit unseren Bundesländern) arbeiten, vernetzt sind. Es gibt 22 „unitary authorities“ in Wales; jedes davon hat ein eigenes Gesundheitsförderungsprogramm, das von der Waliser Regierung unterstützt und finanziert wird. Aus jedem dieser Bundesländer ist mindestens eine Person im WNHSS-Netzwerk – insgesamt sind es um die 50 PraktikerInnen. **Schottland** ist sehr ähnlich organisiert – dort haben die 32 Bundesländer („local authorities“) individuelle Gesundheitsförderungsprogramme, die auf nationaler Ebene miteinander vernetzt sind. **Slowenien** vernetzt neun regionale Netzwerke auf nationaler Ebene: Teilnehmende Schulen müssen zwei Mal im Jahr Aktivitäten setzen, die gemeinsam geplant und evaluiert werden und an drei nationalen Netzwerktreffen pro Jahr teilnehmen. In der **Schweiz** werden derzeit 17 regionale und zwei sprachregionale Netzwerke auf nationaler Ebene verlinkt. Im Berner Netzwerk beispielsweise müssen Schulen einen Maßnahmenplan für die Entwicklung der Gesundheitsförderung entwickeln, an Netzwerktreffen und/oder Praxisberatungen teilnehmen und ihre Schuldaten in der Projektdatenbank laufend aktualisieren.

In einigen Ländern, wie zum Beispiel in **Österreich**, gibt es kein nationales Netzwerk, sondern einzelne regionale Netzwerke (wie das WieNGS), die nicht oder nur marginal auf nationaler Ebene mit anderen Netzwerken oder Initiativen verbunden sind. Beispielsweise sind uns in **Italien** in Piemonte und in der Lombardei derartige Netzwerke bekannt. In **Portugal** gibt es ein relativ neues Netzwerk in Cascais, in dem alle Schulen (insgesamt 62) der Region eingebunden sind. Es gibt auch Länder, die von der Strategie des Netzwerks wieder abgekommen sind: in **Belgien**, zum Beispiel, wurde das nationale Netzwerk abgeschafft, da Gesundheitsförderung als eine Aufgabe des Schulsystems aufgenommen wurde.

Weitere Informationen und Kontakt:

Mag^a.Drⁱⁿ. Lisa Gugglberger
Ludwig Boltzmann Institute Health Promotion Research
Untere Donaustr. 47/3. OG/B09
1020 Wien
Tel: +43 1 2121 493-30
Fax: +43 1 2121 493-50
e-mail: lisa.gugglberger@lbihpr.lbg.ac.at

Weiterführende Links:

www.schoolsforhealth.eu

5 | Projekte aus der Praxis

Prämierte Projekte des Wir-Du-Ich Wettbewerbs mit Renate Payer von Public Art Projects

1. Platz: Kooperation zwischen der Volksschule Stiftgasse und der Gesundheits- und Krankenpflegeschule am AKH

Projektleitung: Gabriele Gruber (VS Stiftgasse), Mag. Helmut Beichler (GuK AKH)
Thema: Abbau von Angst vor dem Krankenhaus

Um Ängste vor dem Krankenhaus abzubauen zu können, durften sich SchülerInnen einer Integrationsklasse der Volksschule Stiftgasse auf eine spielerische kreative Art und Weise mit verschiedenen Materialien und Utensilien, die im Rahmen der Patientenversorgung und -behandlung zur Anwendung kommen, auseinandersetzen. Im Rahmen eines Workshops hatten die SchülerInnen die Möglichkeit, sich mit Spritzen und Nadeln vertraut zu machen. Anschließend gestalteten sie zu diesem Thema kreative Bilder.



2. Platz: Gesundheits- und Krankenpflegeschule am Wilhelminenspital

Projektleitung: Mag. Herlinde Steinbach

Thema: LehrerInnengesundheit

Die Schulzusammenlegung 2010/2011 im Wiener Krankenanstaltenverbund wurde zum Anlass genommen, das Thema „LehrerInnengesundheit“ aufzugreifen und einen Beitrag zur „Gemeinsamen Schule“ zu leisten. In gemeinsamer Auseinandersetzung mit dem Thema gestalteten die Lehrenden unter Verwendung von Nadeln und Spritzen, welche als Kreativwerkzeuge dienten, ein Bild. Durch diesen gemeinschaftlichen Prozess konnten die sozialen Kompetenzen bewusst erfahren und gestärkt werden.



3.Platz: Ganztagesvolksschule Carl Prohaska Platz

Projektleitung: Dir. Andrea Pumm

Thema: LehrerInnengesundheit

Im Rahmen einer pädagogischen Konferenz wurde dieses Projekt nach dem Motto „ICH+DU=WIR“ durchgeführt. Für das LehrerInnenteam fanden Workshops im Stationenbetrieb statt. Ergebnis dieser Workshops ist ein gemeinsam entstandenes Kunstwerk, welches sich aus 120 Stück Keilrahmen in den Farben Gelb, Rot und Blau zusammensetzt. Mit Walzen wurde die Acrylfarbe aufgetragen, wobei dem ICH blaue Farbtöne zugeordnet wurden, dem DU die roten und dem WIR die gelben. Das mosaikartige Gebilde schmückt nun die Veranstaltungsaula der GTVS Carl Prohaska-Platz.



4. Platz: Kooperationsprojekt zwischen IBC Hetzendorf und dem Bezirksgericht Meidling

Projektleiter: Mag^a. Drⁱⁿ. Laura Garcia Marquez (IBC Hetzendorf) und Dr. Oliver Scheiber (Bezirksgericht Meidling)

Thema: Menschenrechte und Gericht

Im Unterrichtsjahr 2010/2011 konnten SchülerInnen des 4. Jahrgangs des IBC Hetzendorf im Rahmen des Schulprojekts „Menschenrechte und Gericht“ an einem Zivilcouragetraining teilnehmen. Den SchülerInnen wurde erstmals ein Besuch am Bezirksgericht Meidling ermöglicht, bei dem sie Gerichtsverhandlungen in Strafsachen beiwohnen konnten. Parallel dazu wurde im Bereich „Politische Bildung und Recht“ das Thema „Menschenrechte“ behandelt. Abschließend setzten sich die SchülerInnen im Atelier der Künstlerin Mag^a. Renate Payer persönlich und künstlerisch mit dem Thema „Menschenrechte“ auseinander. Es entstanden viele Kunstwerke, die dann zu einem „Bild der Menschenrechte“ zusammengefasst wurden.



Weitere Informationen zu den Projekten gibt es bei public art Projects:
www.atelierpayer.at



Das Projekt „health4teen“ ist ein Gesundheitsförderungsprojekt für 14 bis 17 jährige Jugendliche aus dem 10. Wiener Gemeindebezirk. Die Gesamtlauzeit beträgt 22 Monate und wird voraussichtlich mit 30.06.2012 enden. Ziel ist, die individuellen Gesundheitskompetenzen der Jugendlichen zu stärken, um sie zu einer gesundheitsfördernden Lebensweise zu befähigen. Das breite kostenlose Angebot an Maßnahmen erstreckt sich von Gesundheitsaktionstagen und Gesundheitsworkshops in Schulen über MultiplikatorInnenschulungen bis hin zu einem peer education Programm. Hier einige konkrete Beispiele:

| Setting | Umsetzung |
|------------------------------|---|
| Schule | <ul style="list-style-type: none"> • Durchführung von Gesundheitsaktionstagen (Info- und Aktivitätenstände zu den Themen Ernährung, Männergesundheit, Vorsorge, Sucht und Bewegung z.B. Hip Hop) • Durchführung von Gesundheitsworkshops (Themen: Gesundheitsförderung, Liebe und Sexualität, Gewaltprävention, etc.) |
| Jugendzentren/-einrichtungen | Durchführung von Gesundheitsaktivitäten (Cheerleading, Thaiboxen, Trainieren einmal |

| | |
|-----|--|
| | andere), Fokusgruppendifkussionen und anonyme Gesundheitsberatungen (z.B. allgemeinmedizinische und gynäkologische Beratungen, Umgang mit Anabolika und gesundheitliche Folgen) durch „Speedcoaches“ |
| ÖSB | Durchführung MultiplikatorInnenschulungen (Themen: Mobbing, Konflikt- und Zeitmanagement, Gesundheitsförderung für Jugendliche) ☺ auch für Lehrpersonal geeignet!! |



Das Projekt wird von der Wiener Gesundheitsförderung (WIG), dem Wiener ArbeitnehmerInnen Förderungsfonds (WAFF) sowie von dem Europäischen Sozialfonds (ESF) gefördert und von der ÖSB Consulting GmbH umgesetzt.

Weiterführende Informationen finden Sie unter:

wien.cmon14.at/health14.185.0.html

Bei Interesse kontaktieren Sie:

Mag. Jürgen Unfried, Tel. +43-699-16563127

Gefördert von:



In Kooperation mit:



Puppentheater zum Thema Ernährung: Der weiße Drache Grimbambim

Oh, im Schlaraffenland ist es herrlich! Da gibt es Bäche aus Milch, die Bäume hängen voll der saftigsten Früchte und süß duftende Erdbeeren laden ein, gepflückt zu werden. In einem bezaubernden Gemüseschloss lebt die Königin mit ihrem Kind. Beschützt und behütet von Grimbambim, dem weißen Drachen. Schön ist die Königin. Gesund ist das Kind. Und stark ist der Drache Grimbambim. Doch die zauberische Naschkatze will König über Schlaraffenland werden. Und sie ersinnt einen Plan, der beinah ins Verderben führt. Ob die Kinder wohl helfen können, das Schlaraffenland zu retten?

Ein Mitmach-Puppentheater zum Thema Ernährung für Kinder bis 9 Jahre.

300€ pro Vorstellung (Eine zweite Vorstellung am selben Tag kann zu einem stark ermäßigten Preis gebucht werden!)

Weitere Informationen:

Puppenbühne Träumeland

Michaela Aigner

3430 Tulln - Fuchsen-gasse 8/6

0650/ 490 39 88

www.puppen-theater.eu



**Eine Maßnahme im Rahmen der österreichweiten Vorsorgestrategie.
Finanziert aus Mitteln der Bundesgesundheitsagentur.**

„G'scheit G'sund – Optimierung des Schulbuffets“

Das Gesundheitsministerium nimmt sich dem Thema „Schulbuffet“ praxisnahe an

Gesündere Verhältnisse schaffen: Was Kinder und Jugendliche in der Schulpause jausnen, hängt entscheidend vom Angebot ab. Der Warenkorb an österreichischen Schulbuffets entspricht aber nur selten gesundheitsförderlichen Kriterien.

Das Bundesministerium für Gesundheit startet im Jänner 2012 eine bundesweite Gesundheitsförderungsinitiative, die sich dem Thema Schulbuffet praxisnahe

annimmt. „G’scheit G’sund – Optimierung des Schulbuffets“ ist eine Maßnahme im Rahmen des Nationalen Aktionsplans Ernährung (NAP.e) sowie der österreichweiten Vorsorgestrategie und wird aus Mitteln der Bundesgesundheitsagentur finanziert. bmg.gv.at/home/Schwerpunkte/Ernaehrung/

Die Initiative richtet sich gezielt an die BuffetbetreiberInnen an Schulen. Langfristiges Ziel ist, das Warenangebot an Schulbuffets nachhaltig zu verbessern und die Qualität zu sichern – unter Berücksichtigung der Wirtschaftlichkeit des Unternehmens. Die Referenz bilden ernährungswissenschaftliche Empfehlungen, wie sie in der „[Leitlinie Schulbuffet](#)“ festgehalten sind.

Praxisnahe Unterstützung für Schulbuffets

Was ist vorgesehen: Interessierte BuffetbetreiberInnen aus ganz Österreich können sich melden, sie werden praxisorientiert und individuell bei der gesünderen Gestaltung ihres Warensortiments unterstützt. Geboten werden verschiedene Unterstützungshilfen wie z. B. ein mobiles Beratungsteam, eine Homepage mit allen Informationen und interaktiven Elementen als Kommunikationsdrehscheibe, ein praxisbezogenes Handbuch mit Rezepten sowie eine Toolbox mit Marketingideen. Zudem gibt es Workshops, zielgruppenspezifische Informationen, Schulungsvideos, eine Hotline u.v.m. Die Teilnahme ist freiwillig und kostenfrei. Im Laufe des 2,5 Jahre dauernden Vorhabens sollen auch SchülerInnen durch zielgruppenspezifische Aktivitäten einbezogen werden.

Weiterführende Informationen und Anmeldungen:

Tel. 050555-555 (MO-FR 8:00 – 17:00) oder via e-mail unter schulbuffet@ages.at

„Next Step - Schritte auf dem Weg zur gesunden Schule“ - Neues Angebot der Service Stelle Schule der Wiener Gebietskrankenkasse

Erfolgreiche schulische Gesundheitsförderung braucht eine gute Analyse und Bewertung der gesundheitsrelevanten Ausgangslage an einer Schule. Doch nicht nur die Bestimmung des aktuellen Entwicklungsstandes im Hinblick auf Gesundheitsförderung, sondern auch das Aufzeigen möglicher Entwicklungsschritte durch konstruktive und fachlich kompetente Beratung erweisen sich als wichtig.

Vor diesem Hintergrund hat die Service Stelle Schule der Wiener Gebietskrankenkasse das neue Beratungstool „Next Step - Schritte auf dem Weg zur gesunden Schule“ in ihr Angebotsortiment aufgenommen. Schulen haben damit die Möglichkeit, sich eine professionelle Einschätzung des aktuellen Ist-Stands im Hinblick auf Gesundheitsförderung an Ihrer Schule durch die Service Stelle Schule der Wiener Gebietskrankenkasse zu holen. Im Anschluss daran werden gemeinsam entsprechende Handlungsfelder und nächste notwendige Entwicklungsschritte aufgezeigt.

Bei Interesse steht Ihnen Frau Katharina Weber, MA unter

katharina.weber@wgkk.at oder 01/601 22-2108 gerne für Fragen zur Verfügung.

6 | Literatur

Coole Rezepte für zwischendurch

Mag^a. Ingeborg Hanreich und Dipl.Päd. Britta Macho

Essen mit Köpfchen!

Blitzschnell soll es gehen, aber gesund soll es sein. Mit Pausenbroten hat so manche Mutter ihre liebe Not. Abwechslung und Genuss in den Schulalltag ihres Kindes bringen Sie mit dem neuen Rezeptbuch „Coole Rezepte für zwischendurch“. Durch eine zusammengestellte Auswahl an 21 Pausenvariationen gelingt es rasche Zwischenmahlzeiten zu zaubern. Mit unserem neuen Kochbuch beweisen die Autorinnen, dass ausgewogene Ernährung leicht fallen kann.

Das im Buch zusammengestellte „Brainfood“ lässt in der Schule punkten. Doch auch im Kindergarten und am Arbeitsplatz sind die zahlreichen Aufstriche und bunten Salate ein genussvoller Ansporn. Wie wäre es mit leckerem Pizzatoast oder einem erfrischenden Apfeltiramisu?

Einfache Anleitungen und zahlreiche Variationen lassen auch schlaftrunkene Mütter und Väter so manche Überraschung gelingen. Manches lässt sich auch am Abend vorbereiten. Alle Rezepte wurden für Kinder entwickelt und von ihnen getestet. Die Zwischenmahlzeiten schmecken aber auch so manchem Erwachsenen.

Das Buch bietet einen Überblick darüber, was Kinder brauchen, speziell in den Pausen und bei Höchstleistungen des Gehirns. Es wurden traditionelle Rezepte neu interpretiert und ernährungswissenschaftlich ergänzt. Doch auch so mancher Klassiker findet sich in diesen Reihen. Selbst die beliebte, pikante Tarte lässt sich kalt für unterwegs mitnehmen. Im wahrsten Sinne „coole“ Rezepte“!

Weitere Informationen und Bestellungen: office@hanreich-verlag.at

7 | Aus dem Netzwerk...

Willkommen im Netz auf Stufe 2!

Die Volksschule Brioschiweg (1220, Brioschiweg 3) und die Volksschule Pantucekgasse (1110, Pantucekgasse 13) – beide bisher Stufe 1 – werden nun auf Stufe 2 am WieNGS teilnehmen!

Wir freuen uns auf die weitere Zusammenarbeit!

Vorschlag für Elternbrief zum Downloaden

Ab Jänner 2012 gibt es auf www.wiengs.at im [Downloadcenter](#) einen Entwurf für einen Elternbrief, der über WieNGS informiert, den Schulen für Ihren Bedarf abändern können und der bei verschiedenen Gelegenheiten (Tag der offenen Tür, Elternsprechtag, Elterninformationsrunden etc.) an der Schule verteilt werden kann!

WieNGS – Termine für 2012

Wichtig, bitte vormerken!!!

Jours Fixes für das Schuljahr 2011/12, jeweils 14:00 bis 16:30 Uhr:

Jour Fixe 2 für Stufe 3 Schulen: 24.1.2012, WGKK

Jour Fixe 3 für Stufe 2 Schulen: 27.3.2012, PH Wien (LV-Nr: 6212APL101)

Abschluss-Jour Fixe für alle Schulen: 22.5.2012, PH Wien (LV-Nr: 6212APL102)

SchulleiterInnenworkshop am 12.4.2012, 14:00 bis 16:00, Stadtschulrat für Wien, Wipplingerstr. 28, 1010 Wien

Es sind alle SchulleiterInnen aller WieNGS Schulen herzlich zu dieser Veranstaltung eingeladen! Eine gesonderte Einladung erfolgt noch über den Stadtschulrat für Wien.

**WieNGS Forum „Gesundheitsförderung und Schulentwicklung“ am
8.5.2012, 14:00 bis 16:30, PH Wien (LV-Nr: 6012PEL001)**

Das „WieNGS Forum“ wurde als Serie von eintägigen Workshops eingerichtet, um WissenschaftlerInnen, PraktikerInnen und politischen AkteurInnen in einen konstruktiven Austausch zu Themen der schulischen Gesundheitsförderung zu bringen.

Das dritte WieNGS Forum wird als Podiumsdiskussion organisiert. VertreterInnen aus Wissenschaft und Praxis werden aus verschiedenen Perspektiven über das Thema „Gesundheitsförderung und Schulentwicklung“ diskutieren sowie Möglichkeiten und Grenzen beleuchten.

Moderation: Mag^a. Edith Flaschberger, LBIHPR

DiskutantInnen: Prof. Herbert Altrichter (Universität Linz), Prof. Franz Rauch (IFF), Mag^a. Michaela Stanglauer (Bezirksschulinspektorin, NÖ), Dr. Werner Schwarz (Schulleiter, NÖ)

Eingeladen: Prof. Michael Schratz (Universität Innsbruck)

Bitte für die Jour Fixes und das WieNGS Forum im Sommersemester 2012 mit den jeweiligen LV-Nr. über PH Online anmelden. Die Nachinskriptionsfrist beginnt am 30.1. und dauert bis 12.2.2012!

Und zum Abschluss noch ein gesundes Keksrezept, weil Weihnachten vor der Tür steht:

Haferflocken – Kekse

Gesunde Nascherei, auch für Kinder für die Schule super geeignet! Schön saftig durch Karotten!

3 EL Margarine

¼ Becher Fruchtzucker

1 Eiweiß

Karotten, fein gerieben, 1/3 Becher

½ Becher Mehl, (Weizenvollkornmehl)

1 TL Backpulver

½ TL Gewürze, gemischt (z.B. Kardamom, Zimt, Nelken usw.)

½ Becher Haferflocken

4 EL Buttermilch

Haferflocken, zum Bestreuen

Zubereitung

Margarine und Zucker schaumig rühren. Eiweiß zugeben und cremig schlagen. Karotten, Mehl, Backpulver und Gewürze unterrühren. Haferflocken und Buttermilch zugeben und alles gut verrühren.

Mit einem EL kleine Häufchen auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen und mit ein paar Haferflocken bestreuen. Bei 175° C ca. 12-15 Min. backen.

Wer mag, kann natürlich auch noch Rosinen in den Teig geben!
Viel Spaß beim Backen und guten Appetit!

Eine schönes besinnliches Weihnachtsfest, erholsame Ferien und einen Guten Start ins Neue Jahr wünscht Ihnen

Ihr WieNGS Redaktionsteam!

Möchten Sie uns eine Änderung Ihrer Daten bekanntgeben?
Möchten Sie den Newsletter nicht mehr erhalten?

Bei Fragen rufen Sie unsere Projektleitung an Tel. +43.1.601 18 3610 oder per E-Mail:
petra.ebenauer@phwien.ac.at

Impressum: Medieninhaber: Wiener Gesundheitsförderung gemeinnützige GmbH - WiG, Sitz in Wien

Sicherheitshinweis: Wir möchten Sie darauf hinweisen, dass diese Nachricht von der Wiener Gesundheitsförderung gemeinnützige GmbH - WiG nur für die angeführten Empfänger bestimmt ist. Da wir ohne Verschlüsselung bzw. digitaler Signatur dieses e-Mail versenden, besteht die Möglichkeit, dass Dritte unbefugt mitlesen oder dass die Nachricht verändert wird. Wir übernehmen dafür keine Haftung. Wenn Sie sich vom Newsletter abmelden möchten, verwenden Sie bitte [diesen Link](#)

2011-12-16 | Newsletter Dezember 2011