Gesunde Schule OÖ
NEWSLETTER
7_ 2018
Newsletter zum Thema gesunde Ernährung in der Schule
Eine Initiative des Landes OÖ, der Oberösterreichischen Gebietskrankenkasse,
des Institutes für Gesundheitsplanung und des Landesschulrates für OÖ

Riechen und Schmecken – da gibt es viel zu entdecken!

Gesunde Ernährung in der Schule



Liebe Leserinnen und Leser!

Essen und Trinken betrifft uns jeden Tag. Manchmal steht das Thema Ernährung im Mittelpunkt, oftmals ist es ein selbstverständlicher Begleiter. Es vergeht aber kein Tag an dem wir nicht auf die eine oder andere Art damit konfrontiert sind. „Was" und „Wie" sind in vielen Fällen die Fragen – welche Lebensmittel sollen auf jeden Fall auf dem Speiseplan stehen und wie zubereitet bzw. verarbeitet? Welche fördern die Gesundheit, welche wirken sich eventuell nachteilig aus?

Seltener wird über das „Wann" und das „Warum" nachgedacht. Dabei ist es wichtig, eine individuell passende Mahlzeitenstruktur zu finden und sich auch einmal damit zu beschäftigen, warum man jetzt gerade auf eine spezielle Speise Lust hat, warum man manche Lebensmittel besonders mag und andere gar nicht.

Sich auf spielerische und lustvolle Art dem Thema Ernährung bzw. Essen zu nähern sorgt dafür, dass das Erfahrene im Alltag wahrgenommen und auch gelebt wird. Sich auf theoretische und vor allem auf praktische Art und Weise damit auseinander zu setzen, was dem eigenen Körper gut tut steigert die Gesundheitskompetenz.

Sophie Demelmair, Diätologin
Gesundheitsförderung & Prävention
OÖ Gebietskrankenkasse

Inhalt

Wert einer gesunden Ernährung im Setting Schule 2
Gesunde Ernährung in der Schule 3
Wie „gesund" ist gesund eigentlich? 4
Ihre Meinung ist uns wichtig! Sicht der Expert/innen 5
Beispiele aus der Praxis 8
Projekte der OÖGKK 13
Wissenswertes 14
Angebote 15
Wir unterstützen Sie auf dem Weg zur „Gesunden Schule OÖ" 16

Herausgeber: Oberösterreichische Gebietskrankenkasse,
Gruberstraße 77, 4021 Linz, www.ooegkk.at
Gestaltung und Produktion: Oberösterreichische Gebietskrankenkasse,
Direktionsbüro und Kommunikation
Für den Inhalt verantwortlich: Arbeitskreis „Gesunde Schule OÖ",
Institut für Gesundheitsplanung, Weißenwolffstraße 5, 4020 Linz

OÖ GKK FORUM GESUNDHEIT
Gesundes Oberösterreich
LANDESSCHULRAT OBERÖSTERREICH
INSTITUT FÜR GESUNDHEITSPLANUNG

Wert einer gesunden Ernährung im Setting Schule

Der Wert einer gesunden Ernährung hat viele Dimensionen. Diese reichen von einer unmittelbaren Wirkung auf die Unterrichtsqualität bis hin zur langfristigen Beeinflussung des Lebensstils. Der Anspruch, der an die Schulen gerichtet wird, mag dabei vielfach als hoch eingestuft werden. In manchen Situationen wirkt es vielleicht sogar so, als sollte die Schule auch in diesem Bereich allgemeine Defizite „ausbügeln" und gezielten Ausgleich schaffen. Es stellt sich also zurecht die Frage, ob sich dieser zusätzliche Aufwand lohnt. Die Frage kann ganz klar mit „ja" beantwortet werden. Nicht nur, weil Schulen ein sehr wertvolles und einzigartiges Setting darstellen, in dem die Kinder und Jugendlichen von ihnen bekannten Vertrauenspersonen in kluger und charmanter Weise abgeholt und begeistert werden können, sondern auch weil es für die Qualität des Unterrichts unmittelbare Vorteile bietet. Selbstverständlich geht es darum das Leben der Kinder langfristig zu beeinflussen und ihnen die Handlungskompetenz für kluge Entscheidungen beizubringen und diese zu festigen, damit aus ihnen verantwortungsvolle Erwachsene werden. Da dieser zentrale Wert einer gesunden Ernährung aber in der Zukunft liegt, ist dieser im Schulalltag nur schwer zu erleben. Und genau das „Erleben" stärkt aber auch die Motivation ein so wichtiges Thema langfristig zu verfolgen. Um diese Aufgabe zum Vorteil aller Beteiligten lösen zu können, gilt es ein paar Gesichtspunkte zu berücksichtigen.

Gerade im Bereich der Gesundheitsförderung ist es wichtig, dass mit erlebbaren Zielen gearbeitet wird. Ein Beispiel hierfür wäre das Thema „Trinken". Wenn der gesamte Lehrkörper darauf achtet, dass die Schülerinnen und Schüler zu Beginn einer jeden Unterrichtsstunde ausreichend Flüssigkeit in Form von Wasser oder anderen idealen Durstlöschern zu sich nehmen, wirkt sich dies nicht nur auf die langfristige Gewöhnung an diese Getränke, sondern auch auf die unmittelbare Unterrichtsqualität aus. Dehydrierte Kinder und Jugendliche sind deutlich schwieriger zu unterrichten als hydrierte. In diesem wie auch in anderen Bereichen ist es wichtig, dass der Lehrkörper dabei als aktives Vorbild agiert. Das heißt, dass auch die Erwachsenen eine Wasserflasche dabeihaben und zu Unterrichtsbeginn gemeinsam mit den Schülerinnen und Schülern etwas Flüssigkeit trinken. Unterstützt werden solche Maßnahmen, wenn auch die Angebotsverhältnisse gezielt mitverändert werden. In diesem speziellen Fall das Getränkeangebot. Es geht dabei aber nicht darum mit viel Geld z. B. einen neuen Trinkbrunnen an der Schule zu installieren oder Getränke mittels Verboten zu verbannen. Vielmehr sollen bestehende Systeme wie z. B. Getränkeautomaten für den Zweck der Sache genutzt und gezielt gesundheitsfördernd gestaltet werden. Wir wissen, dass durch eine geschickte Angebotsgestaltung die Schülerinnen und Schüler die Veränderungen auch annehmen. Besonders gut gelingt dies, wenn die Bedürfnisse der Zielgruppe möglichst berücksichtigt werden. Dabei geht es darum, dass essen und trinken auch einen Ausdruck für eine Einstellung, für den Status und die soziale Zugehörigkeit darstellen. Was Kinder und Jugendliche zu sich nehmen, muss also auch zu ihrem Lebensstil passen. Umso wichtiger ist es, die Identifikation mit diesem Thema durch Partizipation zu fördern. Oftmals reicht hierfür schon die Möglichkeit mitzuentscheiden aus. In jedem Fall dürfen die Beteiligten nicht überfordert sein.

Der Wert einer gesunden Ernährung spiegelt sich nicht nur in volkswirtschaftlichen Zahlen wider, weil ein positiver Einfluss auf verschiedene Erkrankungsrisiken besteht oder weil handlungskompetente Erwachsene kluge Entscheidungen für sich, ihre Familie und ihre Umgebung treffen. Der Wert einer gesunden Ernährung für das schulische Setting hat auch eine gewisse egoistische Seite. Einerseits, weil eine gesunde Schulverpflegung oder ein spezieller Ernährungsschwerpunkt auf Basis der Emotionalität dieses Themas zum positiven Image der Schule beitragen kann und andererseits, weil das, was die Kinder und Jugendlichen essen und vor allem trinken, auch Einfluss auf die Unterrichtsqualität und somit auf die Arbeitsbedingungen der Pädagoginnen und Pädagogen hat.



Univ.-Lektor Mag. Dr. Manuel Schätzer
Ernährungswissenschafter
SIPCAN – Initiative für ein gesundes Leben

Gesunde Ernährung in der Schule

Gesunde Ernährung und der viel propagierte „Healthy Lifestyle" scheinen mittlerweile fast als allgegenwärtige Themen in der Werbung, den klassischen Medien aber auch in den viel genutzten sozialen Medien. So häufig diese Begriffe verwendet werden und so schnell ein „Food-Trend" den nächsten jagt, so verwirrend ist es für Schülerinnen und Schüler, sowie junge Erwachsene, sich im Dickicht der Do's & Dont's der gesunden Ernährung zurecht zu finden und Zusammenhänge zwischen wertvollen Lebensmitteln, Zubereitungsarten und ausreichender Bewegung zu verstehen.

Unter den gegenwärtigen gesellschaftlichen und familiären Rahmenbedingungen nimmt die Schule oftmals eine Schlüsselposition in der Wissensvermittlung von Kindern und Jugendlichen ein. Deshalb ist das Thema gesunde Ernährung essentiell für die nachhaltig gesunde Entwicklung Schülerinnen und Schülern und eine der wichtigsten Säulen der Gesundheitsförderung an Schulen bzw. des Gütesiegels „Gesunde Schule OÖ".

Ganzheitliche Gesundheitsförderung bezieht sich auf den gegebenen Lebens- und Lernort Schule mit den vielfältigen Belastungen und Schwierigkeiten für Schülerinnen und Schüler und Lehrende denen sie tagtäglich ausgesetzt sind. Leistungsdruck, Bewegungsmangel, einseitige Ernährung, Beziehungsprobleme, psychische und physische Gewalt finden sich in unseren Schulen. Die Gesundheitsförderung zielt allerdings auf die möglichen Entwicklungschancen und nicht auf eine erwünschte Idealsituation ab. Kinder und Jugendliche sollen im Hinblick auf gesundheitsbewusstes, eigenverantwortliches Handeln und Wissen gestärkt werden und persönliche sowie gesundheitliche Kompetenzen erwerben.

Die Integration von Ernährungs- und Alltagskompetenzen im Lehrplan durch das Schulfach Ernährung und Haushalt in der NMS ist nur ein Bestandteil der erfolgreichen Wissensvermittlung. Schülerinnen und Schülern wird dort im Rahmen des Unterrichtfaches das praktische Rüstzeug rund um Lebensmittel, deren Zubereitung und Tischkultur nähergebracht. Allerdings, müssen Ernährungsthemen und ein gesundheitsförderlicher Lebensstil als Querschnittsmaterie verstanden werden, die sich nicht auf ein Fach beschränkt vermitteln lassen, sondern sich über viele verschiedene Fächer erstrecken.

Dieser ganzheitliche Ansatz einer gesunden Entwicklung der Schülerinnen und Schüler, aber auch der Lehrerinnen und Lehrer bedingt, dass im Projekt „Gesunde Schule OÖ" viele verschiedene Akteur/innen und Expertinnen bzw. Experten zusammenarbeiten. In gemeinsam entwickelten Schulprojekten, wie z. B. „Der kleine Mugg – mir & uns geht's gut!" werden ungesunde Ernährungsmuster aufgebrochen und ein gesunder Lebensstil spielerisch und leicht verständlich für Volksschulkinder in den Schulalltag integriert.

Die Wege der Wissensvermittlung und Initiativen, welche umgesetzt werden können, um den Schülerinnen und Schülern gesunde Ernährung näherzubringen, sind ebenso facettenreich, wie diese selbst. Als Fachinspektorin für Ernährung und Haushalt und Koordinatorin des Gütesiegels „Gesunde Schule OÖ" bin ich Ansprechpartnerin in allen pädagogischen Belangen, und biete Unterstützung für Schulen, welche ein gesundheitsförderliches Leitbildthema wählen an.



Annemarie Thallner
Fachinspektorin für Ernährung und Haushalt und Technisches und Textiles Werken an OÖ Pflichtschulen, Pädagogische Betreuung und Koordination des Gütesiegels Gesunde Schule OÖ.

Wie „gesund“ ist gesund eigentlich?

Das Thema „Ernährung“ ist seit geraumer Zeit omnipräsent. Kaum eine Zeitung oder Illustrierte oder auch kaum ein Fernsehsender, die sich des Themas nicht annehmen und uns täglich aufs Neue mit Ernährungsweisheiten überschütten. Gestützt von zahlreichen Studien werden unsere täglichen Mahlzeiten theoretisiert und mit einer ganzen Lawine von gesundheitlichen Entgleisungen in Verbindung gebracht in der Hoffnung auf eine flächendeckende Optimierung.

Doch worauf kommt es denn wirklich an und wie lassen sich sinnvolle Ernährungsprinzipien in den Alltag integrieren? Der wesentlichste Punkt erscheint mir, die unsinnigen Dogmas, die uns immer wieder vorgekaut werden, kritisch zu hinterfragen. Sie mögen vielleicht praktisch erscheinen, aber sie lassen uns ausblenden, dass eine wirklich sinnvolle Ernährung vor Allem individualisiert werden sollte, angepasst an die Lebenssituation, die Konstitution und die aktuelle Gesundheitskompetenz.

Der zweite Aspekt sind die Lebensmittel an sich. Für eine ordentliche Ernährung bedarf es vor allem frischer, und wirklich saisonaler und wenn möglich regionaler Lebensmittel, die weitgehend unverfälscht und natürlich unbelastet sein müssen. Die Unterstützung der heimischen Produzenten steht dabei ebenso im Fokus, wie eine daraus resultierende Dezentralisation, von Produktion und Vermarktung um kleine und mittlere Betriebe mit einer grundlegend ethischen Ausrichtung zu stärken.

Der dritte Aspekt liegt in den Mahlzeiten. Ein gemeinsames Frühstück im Familienkreis oder zumindest mit einigen Familienmitgliedern, sitzend und mit ein wenig Ruhe genossen, stellt einen wesentlich besseren Start in den Tag dar, als das sehr in Mode gekommene „To Go“-Futtern. Wo es möglich ist, sollten auch die Mittags- und Abendmahlzeiten selber gekocht und mit Bedacht verspeist werden. Gerade Kinder und Jugendliche brauchen solche Rituale dringend, nicht zuletzt auch um nicht zu sehr von gruppendynamischen Prozessen in weniger gute Richtungen gedrängt zu werden. Gutes Essen darf all unsere Sinne begeistern, sollte gut vertragen werden und zu körperlichem und mentalen Wohlbefinden führen und uns damit zu Vitalität verhelfen.

Der vierte Aspekt liegt im Tagesablauf selber, oder wie es Kneipp ausgedrückt hat, in der Lebensordnung. Ein vernünftiges Regime von Schlafen und Wachen, ausreichend Bewegung, am besten täglich in der frischen Luft, eine gute Balance von Belastung und Entspannung, geregelte Ausscheidungen und nicht zuletzt die Lebensfreude. All diese Punkte sind schon in der Diätetik der Frühzeitlichen Kulturen als Grundlage für ein gesundes Leben beschrieben worden. In diesem Geflecht kann dann auch eine sinnvolle, bedarfsorientierte Ernährung umgesetzt werden.

In diesem Sinne können wir mit Bedacht und mit gutem Beispiel vorangehend unsere Kinder begleiten und damit die Basis für eine „Gesunde Ernährung“ schaffen. Dabei wünsche ich viel Freude und Erfolg.



Siegfried Wintgen, MBA, MSc
Gesundheitswissenschafter,
Ernährungsberater nach TEM

Ihre Meinung ist uns wichtig!

Sicht der Expert/innen – Erfahrungen und Anregungen für oö. Schulen

Warum ist das Thema „Gesunde Ernährung" im Setting Schule so wichtig?

In diesem Newsletter möchten wir Experten und Expertinnen zu Wort kommen lassen um nachstehende Fragen zu beantworten:

- **Was ist aus Ihrer Sicht der wichtigste Aspekt, wenn es um die Ernährung von Kindern und Jugendlichen geht?**
- **Was können Schulen tun um den Kinder bzw. Jugendlichen gesunde Ernährung „schmackhaft" zu machen?**
- **Welches Angebot könnte aus Ihrer Sicht Schulen dabei unterstützen?**

Sophie Demelmair

Diätologin, Gesundheitsförderung und Prävention, OÖGKK



Ad 1.)
Eine ausgewogene Ernährung sorgt dafür, dass wir fit und ausgeglichen sind, unseren Alltag gut bewältigen und Freizeit genießen können. Gerade bei Kindern und Jugendlichen ist eine regelmäßige Versorgung über den Tag hinweg besonders wichtig. Im Wachstum braucht der Körper die unterschiedlichsten „Baustoffe", die ihm zur Verfügung gestellt werden müssen. Kinder und Jugendliche sollten daher die Möglichkeit haben, bei bunten und ausgewogenen Mahlzeiten und Snacks zugreifen zu können. Und das am besten in Form von vier bis fünf Mahlzeiten täglich. Auch das Trinken darf keinesfalls zu kurz kommen. Unser Gehirn reagiert sehr sensibel auf eine unausgeglichene Flüssigkeitsbilanz. Hier sind Wasser und stark verdünnte Säfte die beste Wahl.

Ad 2.)
Wer Erfahrungen machen kann, kann darauf zurückgreifen. Und wer informiert wird, dem kann man nicht so schnell etwas vormachen. Kinder und Jugendliche sind oft neugierig und wollen Bescheid wissen. Dieses Wissen kann sich auf Entscheidungen z. B. beim Snacken auswirken, denn es macht einen Unterschied, ob man weiß, wie viel Zucker ein Produkt enthält und sich bewusst dafür (oder dagegen) entscheidet oder nicht. Strikte Verbote sind meiner Ansicht nach eher kontraproduktiv.
Aber Information allein reicht nicht aus:
Um Kindern und Jugendlichen eine ausgewogene Ernährung schmackhaft zu machen, muss es ein gutes und vor allem sichtbares Angebot geben. Speisen und Getränke müssen appetitlich aussehen, denn in den meisten Fällen entscheidet das Auge darüber, was zuerst auf dem Teller und schließlich im Magen landet.

Ad 3.)
Viele engagierte Lehrerinnen und Lehrer und bauen das Thema „Ernährung" in den Unterricht ein. Zur Unterstützung oder als Anregung gibt es einige Angebote wie z. B. die der OÖGKK, bei denen Expertinnen und Experten für Workshops und Vorträge zu den unterschiedlichsten Ernährungsthemen in die Schulen kommen.

Univ.-Lektor Mag. Dr. Manuel Schätzer

Ernährungswissenschafter, SIPCAN – Initiative für ein gesundes Leben



Ad 1.)
Um Kindern und Jugendlichen das Thema gesunde Ernährung schmackhaft zu machen, ist es unumgänglich ihre Bedürfnisse zu verstehen. Kinder wählen unbewusst Lebensmittel und Speisen, die von ihnen als „sicher" eingestuft werden. „Sicher" bedeutet, dass die gewählte Nahrung keine Gefahr darstellt. Diese Entscheidung begründet sich im Wesentlichen auf Geschmackspräferenzen, wie der evolutionsgenetisch bestimmten Präferenz für süße Lebensmittel und darauf ob Lebensmittel und Speisen bereits bekannt sind. Je größer die Vielfalt ist, die dem Nachwuchs durch z. B. die Eltern bekannt gemacht wurde, desto eher greifen sie auch selbstständig zu verschiedenen Speisen. Betrachtet man die Bedürfnisse der Schülerinnen und Schüler zeigt sich aber auch, dass Lebensmittel und Speisen die soziale Integrität, das Image und den Status unterstützen müssen. Was wir essen, muss also zum Lebensstil passen und diesen widerspiegeln. Dementsprechend ist es unumgänglich, dass auch eine gesunde Ernährung diese berücksichtigt und versucht die Zielgruppe hierbei bestmöglich abzuholen.

Ad 2.)
Ein Fokus liegt hier sicherlich beim Schlagwort „Identifikation". Wenn wir es schaffen, dass sich Kinder und Jugendliche mit dem Lebensmittel- und Speisenangebot identifizieren, werden sie dieses auch nutzen. Hierfür müssen wir einerseits mit flexiblen Grenzen arbeiten. Das heißt, dass wir uns von Verboten verabschieden, aber gleichzeitig die gesunde Wahl klar zur leichteren machen. Dadurch verliert sich der Eindruck einer Bevormundung. Andererseits gilt es die Schülerinnen und Schüler durch einen partizipativen Ansatz zu integrieren. Dies kann z. B. durch einen klassenübergreifenden Wettbewerb, bei dem ein neues Schulweckerl gestaltet wird, erreicht werden. Gleichzeitig gilt es aber auch allgemein zu überdenken, ob bestehende Rahmenbedingungen wie z. B. die Pausenzeiten den Anspruch einer gesundheitsfördernden Ernährung unterstützen. Nicht zu unterschätzen ist auch die Vorbildwirkung der Pädagoginnen und Pädagogen. Auch wenn es häufig nicht danach aussieht, orientieren sich Kinder und Jugendliche am Verhalten der Erwachsenen. Dies birgt eine große Chance, weil Lehrpersonen durch ihr eigenes Verhalten oder auch durch die Installation einer gezielten Trinkpause zu Beginn der Unterrichtsstunde das Verhalten des Nachwuchses beeinflussen können.

Ad 3.)
Aus meiner Sicht können alle Angebote Schulen gut unterstützen, die sich relativ leicht in den Schulalltag integrieren lassen und die nicht einseitig sind. Eine Integration ist dann als leicht einzustufen, wenn der Arbeitsalltag möglichst gering beeinflusst wird. Zur Verfügung gestellte Materialien sollten sich mit den Zielen des Unterrichts decken und direkt die Arbeit der Pädagoginnen und Pädagogen unterstützen. Von einer übermäßigen Dokumentation sollte möglichst abgesehen werden. Schulen können einseitige Programme einfach daran erkennen, dass einerseits Verbote kommuniziert werden und andererseits die Speiseauswahl einseitig dargestellt wird. Schulen stellen ein sehr wertvolles und einzigartiges Setting dar, in dem die Kinder und Jugendliche in charmanter und kluger Weise abgeholt und begeistert werden können. Dies sollten wir nutzen, damit die Kinder und Jugendlichen auch außerhalb der Schule Entscheidungen treffen, die ihre Gesundheit fördern.

Siegfried Wintgen, MBA, MSc

Gesundheitswissenschafter, Ernährungsberater nach TEM



Ad 1.)
Um eine vernünftige Ernährung platzieren zu können, ist es von zentraler Bedeutung, die familiären Mahlzeiten zu pflegen. Kinder brauchen feste Rituale um sich orientieren zu können und erst dann lassen sich auch sinnvolle Inhalte umsetzen. Die Vorbildwirkung der Eltern und auch des Umfeldes prägen das Ernährungsverhalten der Kinder und Jugendlichen nachhaltig, daher sollten wir uns wirklich an Karl Valentin halten: „Wir brauchen unsere Kinder nicht zu erziehen, sie machen uns sowieso alles nach". Verstärkt werden kann dieser Effekt, wenn man gemeinsam mit den Kindern kocht und so spielerisch an eine gesunde Ernährung herangeführt werden kann. Kinder sind hier oft sehr kreativ und gar nicht selten auch sehr bewusst und gescheit unterwegs. Zudem muss das Speisen auch Spaß machen und vor allem schmecken – wobei eine wirklich schmackhafte Mahlzeit meist auch sinnvoll aufgebaut und harmonisch abgeschmeckt ist.

Ad 2.)
In passenden Fächern wie Sachunterricht oder später Biologie könnten wichtige physiologische Grundlagen gelegt werden, natürlich an das jeweilige Alter angepasst. Den überstrapazierten Terminus „Gesund" würde ich überhaupt nicht in den Fokus stellen, eher sensibilisieren, was sinnvoll ist und was wir brauchen und was uns eher nicht gut tut. Dabei sollten Dogmas aller Art gemieden werden, die meisten davon taugen eh nichts. Viel wichtiger sind hier Aspekte wie Saisonalität (was wächst wann, wie und wo) und was man aus tollen Lebensmittel zaubern kann. Lebensmittelqualität, Sensorik und dann Spaß am Einkaufen (oder sammeln und pflücken) und auch am Kochen – das sind praktikable Wege um Kinder überhaupt für Ernährung zu begeistern. Gebote sind wichtiger als Verbote.

Ad 3.)
- Vom Feld auf den Teller – ein Tag auf einem Bio-Gemüsehof mit anschließendem Kochen.
- Kleine Kräuterhexe – erkennen, sammeln und verarbeiten was Wald, Wiese und Flur zu bieten haben.
- Macht der Käse muh? – Vom Melken bis zum fertigen Milchprodukte wie Joghurt, Topfen etc. – auch mal selber ansetzen mit entsprechenden Kulturen.
- „Voller Tank-Super-Hirn" – das besondere Frühstücksprojekt mit wirklich sinnvollen Möglichkeiten.
- Sensorik Spiele: Schülerinnen und Schüler als Testpersonen für Lebensmittel und Speisen
- Kochwettbewerbe für Schülerinnen und Schüler bzw. Klassen

Beispiele aus der Praxis

Welche Maßnahmen setzen „Gesunde Schulen OÖ“ im Bereich „Gesunde Ernährung“?

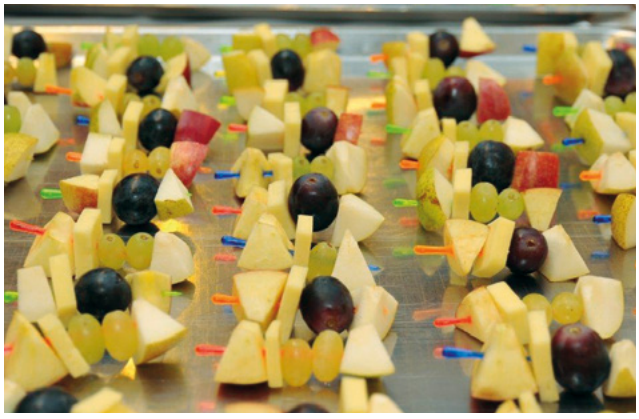
Im Rahmen von schriftlichen Interviews, wurden Schulen, die bereits das Gütesiegel „Gesunde Schule OÖ“ tragen, gebeten ihre Angebote und Erfahrungen darzustellen.

Wir hoffen, dass wir Ihnen hierdurch die eine oder andere Anregung auch für Ihre Schule geben können.

Für Detailfragen können Sie jederzeit die Schulen kontaktieren.

BS Rohrbach





Vormittags-Snack

Das Frühstück als erste Mahlzeit des Tages hat Einfluss auf die Leistungsfähigkeit beim Lernen. Wenn Jugendliche ohne Frühstück zur Schule gehen, fehlt es ihnen häufig spürbar an Energie: Sie reagieren gereizt, sind nervös und unkonzentriert. Ein gesunder Pausensnack kann die Leistungskurve wieder anheben.



Eine Umfrage unter unseren Lehrlingen hat ergeben, dass nur 45 % täglich frühstücken. Ca. 18-19 % nehmen kein Frühstück zu sich, trotz eines großen Angebots beim Frühstücksbuffet. Wir bieten daher in der Vormittagspause um 10:00 Uhr einen kostenlosen Snack für alle Schülerinnen und Schüler an. Angeboten werden Vollkornweckerl, Aufstriche, Birchermüsli, etc. Zirka 43 % der Lehrlinge nutzen diese Gelegenheit. Zusätzlich steht immer ein Obstkorb mit saisonalen und regionalen Früchten bereit.

Einmal pro Lehrgang bereiten die Lehrlinge des Lebensmittelhandels eine Gesunde Jause für alle Schülerinnen und Schüler zu. Voller Freude wird sie dann verspeist.

NMS Alkoven

Trinkbrunnen an der NMS Alkoven

Für das erste Ansuchen zum Gütesiegel „Gesunde Schule OÖ" wurde vor ca. 10 Jahren ein ganz besonderes Projekt zum Thema „Ernährung" realisiert. Der Getränkeautomat in der Aula war bei Konferenzen ein häufiges Konfliktthema: Zuckergehalt, das ständige Trinken auch nach der Durstlöschung, die ständige Präsenz der Plastikflaschen in den Klassenräumen, klebrige Rückstände nach Verschüttung…

Aus diesem Grunde wurden alle Automaten aus der Aula verbannt. Das Ziel war eine gesunde und kostengünstige Trinkmöglichkeit. Gemeinsam mit den Eltern wurde der Beschluss für die Installation eines Trinkbrunnens gefasst. Mit der Unterstützung der Eltern und der Gemeinde konnte der Trinkbrunnen finanziert werden. Nach einigen Jahren Erfahrung können wir sagen, dass wir durch diese Maßnahme das Trinkverhalten unserer Schulkinder nachhaltig verändert haben. Im Schulhaus ist es eine Selbstverständlichkeit, dass Trinkwasser der Durstlöscher Nummer 1 ist.



PTS Freistadt

Gesunde Getränke – ein Schwerpunkt an der PTS Freistadt

Nachdem überzuckerte Getränke immer mehr zum Problem beim Getränkekonsum von Jugendlichen werden, hat das Projektteam „Gesunde Schule" der Polytechnischen Schule Freistadt gemeinsam mit den Schülerinnen und Schülern der Tourismusgruppe das Thema „Gesunde Getränke" zum Jahresthema gewählt. Im Unterrichtsgegenstand Naturkunde, Ökologie und Gesundheitslehre beschäftigten sich alle Schülerinnen und Schüler intensiv mit dem Thema „Zucker".

Das Getränkeangebot im Getränkeautomaten der Schule wurde daraufhin umgestellt, sodass alle angebotenen Artikel weniger als 7,4 g Zucker je 100 ml beinhalten. Das Angebot wurde dem Automatencheck von SIPCAN unterzogen und entsprechend ausgezeichnet. Der Schulgemeinschaftsausschuss hat sich ebenfalls mit dem Thema beschäftigt und es wurde in der Verhaltensvereinbarung festgelegt, dass in der Schule keine überzuckerten Getränke konsumiert werden dürfen. Dieser Beschluss wurde von Schüler-, Eltern- und Lehrervertreter/innen einstimmig gefasst.

Als weiteren Beitrag zum Jahresthema beteiligten sich die Schülerinnen der Dienstleistungsgruppe an dem Projekt „Poly-Mix" des Forums Gesundheit der OÖ Gebietskrankenkasse. Dabei kreierten die Schülerinnen zuckerarme und alkoholfreie Getränke, die sie anschließend verkosten ließen und durch Mitschüler/innen bewertet wurden. Natürlich beschäftigten sich die Schüler/innen sowohl bei der Entwicklung der Getränke als auch in der Testphase intensiv mit den Inhaltsstoffen und wählten einen Favoriten aus, der im Mai 2018 von Expertinnen und Experten geprüft wird. Eine Jury ermittelt im Juni 2018 unter allen teilnehmenden Polytechnischen Schulen den Siegerdrink. An der Abschlussveranstaltung wird auch eine Gruppe von Schüler/innen und Lehrer/innen teilnehmen und wir alle hoffen auf eine gute Bewertung unseres Beitrages.



AHS/HLW/BAFEP des Schulvereins der Kreuzschwestern Linz

Gesunde Ernährung am Schulzentrum der Kreuzschwestern



Am Schulzentrum der Kreuzschwestern wird stetig versucht, einerseits die grundlegenden Voraussetzungen für gesunde Ernährung zu schaffen und andererseits im Schulalltag immer wieder konkrete Impulse zu setzen.

Hier einige Maßnahmen, die in den letzten Jahren umgesetzt wurden:

- **Verbesserung des Speisenangebots im Schulbuffet**
  Das Angebot an Speisen und Getränken im Schulbuffet wurde in den letzten Jahren immer wieder überarbeitet. Laufend werden neue Vorschläge aufgenommen, überprüft und nach Möglichkeit umgesetzt. So wurden bspw. sehr fetthaltige, frittierte Speisen wie „Potato Wedges" aus dem Angebot herausgenommen und das Salatangebot ausgeweitet. Beim Mittagsmenü wurde der Fleischanteil am Teller um ¼ reduziert und der Anteil an Salat und Gemüse merklich erhöht, außerdem wird auch eine vegetarische Variante angeboten. 2013 wurde eine externe Beratung des BMUKK hinzugezogen, die eine Warenkorbermittlung des Schulbuffets durchführte. Nach Umsetzung dieser Verbesserungsvorschläge und einer externen Evaluierung des BMUKK erhielt unsere Schulküchenleitung die Auszeichnungen „Gesundes Schulbuffet" und „Gesunde Küche".

- **Entfernung der Snackautomaten, Schlaues Trinken**
  Die Snackautomaten wurden entfernt. Die Verlockung zwischendurch Süßigkeiten zu kaufen, fällt somit weg. Die Getränkeautomaten sind nach dem Prinzip des „Schlauen Trinkens" gefüllt.

- **Errichtung von Trinkwasserbrunnen**

- **Aktion Bio-Fruchtjoghurt**
  Mehrmals jährlich wird frisches Bio-Fruchtjoghurt von einem Bauernhof aus der Umgebung angeboten.

- **Aktion Suppentag**
  In der Fastenzeit gibt es den jährlichen Suppentag, an dem das Buffet geschlossen bleibt und stattdessen verschiedenste Suppen angeboten werden.

- **Wechselnde Ausstellungen/Informationen zu gesunden/ungesunden Nahrungsmitteln**
  Im Stiegenhaus gibt es immer wieder Kurzausstellungen zu verschiedenen Schwerpunkten (Zuckergehalt in Getränken, Fettgehalt in Snacks etc.) im Quizformat.

- **Gesundes Buffet von Schüler/innen**
  Ziel des Ernährungsunterrichts und der gesunden Schule ist natürlich auch die praktische Umsetzung des erworbenen Wissens. Deshalb organisieren Schüler/innen selbst Buffets bei diversen Schulveranstaltungen.

- **Ausbildung von Ernährungs-Peers**

- **Gesundheitstag mit Schwerpunkt Ernährung**
  (Themen: Fingerfood, Einkaufskorb – Vergleich mit Ernährungspyramide, gemeinsames Kochen und Essen)

- Schüler/innen der 1a und 1b BAfEP laden wöchentlich im Sommersemester jeweils 4 Kindergartenkinder in die Schulküche zum gemeinsamen Kochen und Essen ein. Sie setzen sich mit einer gesunden Ernährung auseinander und finden dann geeignete Lehr- und Lernkonzepte für Kindergarten und Hortkinder. Mit allen Sinnen erleben, helfen, teilen, formen, gestalten und gesellig essen stehen dabei im Vordergrund. Die Rezepte werden im schuleigenen Online-Kochbuch veröffentlicht unter www.kslinz.at/tutorials/kochrezepte

- Teilnahme an Wettbewerben, z. B. am Filmwettbewerb „Smart up your life" zum Thema „Ernährung und Klimawandel" und „Ernährung und Bewegung" vom Welthaus Linz.

VS Kirchham



An der VS Kirchham werden zum Thema Ernährung immer wieder Aktionen gesetzt. Zum Beispiel der „Tag des Apfels“, den der Elternverein organisiert. Am offiziellen Tag des Apfels im November bekommen die Kinder eine Apfeljause, die von Apfelmus, getrockneten Äpfeln, Apfelmuffins bis hin zum Apfelbrot reicht. Außerdem stellt der Elternverein den Kindern wöchentlich 10 Kilo Äpfel zur Verfügung, die in der Obstpause um 9 Uhr verspeist werden können.

Aktionen zum Thema Ernährung

Weitere Schwerpunkte in diesem Jahr waren:

- Wo kommt unser Essen her? (Besuch der Schule am Bauernhof, Besuch eines Imkers, Bau der Erdäpfelpyramide)
- Alufolie oder Jausenbox? (Mülltrennung mit dem Bezirksabfallverband Gmunden, Kirchhamer Bäuerinnen schenken den Schulanfänger/innen eine Jausenbox)
- Gesunde Schultüte (Bäuerinnen überreichen den Schulanfänger/innen eine Schultüte mit getrockneten Früchten und Nüssen)
- Gemeinsames Kochen (die Gesunde Gemeinde Kirchham mixt mit den Kindern Smoothies, die familienfreundliche Gemeinde kocht Melissensaft)

Sehr gut eingebürgert ist seit Jahren die Gesunde Jause, die einmal im Monat für jede Klasse von Müttern gebracht wird. Es ist uns ein großes Anliegen, die tägliche Jause wichtig zu nehmen. Deshalb achten wir darauf, dass die Kinder nach 20 Minuten Bewegter Pause in der Klasse am Tisch sitzen, sich die Hände waschen und in Ruhe jausnen. Bewusst essen und sich Zeit dafür nehmen, ist ein wesentlicher Bestandteil der gesunden Ernährung.







VS Reichenau



Die VS Reichenau ist seit 2010 „Gesunde Schule OÖ". Die Bemühungen zur Implementierung der Werte für eine gesunde Lebensführung in den Schulalltag sind stets eine große Herausforderung. Neben der gesunden Ernährung mit viel Bewegung und bewegtem Lernen, gehört auch das psychosoziale Lernen zu unseren Grundsätzen. Deshalb werden auch Workshops dazu ausgewählt und angeboten, wie etwa zu den Themen: „Ohne Regeln läuft nix fix", „ICH+DU+WIR", „Miteinander sind wir stärker", „Streiten- aber richtig!", „Menschenrechte", „Klimaschutz" oder „Gewaltprävention", „Selbstbehauptung & Selbstverteidigung".



Die gesunde VS Reichenau bietet den Kindern eine Schule, in der sie sich wohl fühlen und gemeinsam an einem angstfreieren und toleranteren Lernumfeld arbeiten. Die gesundheitsförderlichen Ziele werden auch in der Freizeitbetreuung der GTS verwirklicht.

In unserem umgebauten Schulgebäude können in der großzügigen Schulküche neue und bereits bewährte Aktionstage vorbereitet werden. Seit Jahren ist der monatlich stattfindende Müslitag eine willkommene Abwechslung.

Zahlreiche Aktivitäten der „Gesunden Schule"

Jeweils eine Klasse bereitet das Müsli mit Joghurt vom Bauernhof, Biohaferflocken und regionalem und saisonalem Obst zu.

An einem Tag im Frühsommer bereiten alle Kinder ein gesundes Buffet zu. Jede Klasse wählt eine gesunde Speise, die für alle gekocht wird. Das Buffet wird mit einem Lied eröffnet und anschließend werden die leckeren Jausensnacks, wie Vollwertbrote mit Topfen und selbst gesammelten Kräutern oder mit Butter und Honig, Joghurt vom Bauern mit Gartenerdbeeren, Fruchtspieße und Biopizzabrötchen, gemeinsam gegessen. Als Getränk gibt es Reichenauer Quellwasser aus der Leitung.

Unser Schulgarten ist eine Oase für die bewegte Pause mit einem wunderschönen Apfelbaum. Es ist eine Freude für die Kinder das Entstehen der Äpfel von der Blüte bis zur Frucht zu verfolgen und dann die Äpfel zu essen und gemeinsam zu verkochen. Beim Lernen mit allen Sinnen wird zu vielen Buchstaben auch etwas verkostet. A-Apfel! Ebenso war es ein Erlebnis im Zuge des „school farmings" Erdäpfel zu ziehen und zu ernten. Am Kartoffeltag wurden sie zu Suppe, Wedges, und Salzkartoffeln verkocht und verspeist. Auch die Kürbisse gediehen prächtig und wurden beim Ferienspaßtag des Elternvereins verwertet. In diversen Workshops mit Seminarbäuerinnen wurde den Kindern gezeigt, wie auch Reste und übrig gebliebene Lebensmittel sinnvoll verbraucht werden können.



Gerne bereiten sich die Kinder ein biofaires Frühstück unter Anleitung zu. Im Vorfeld wird besprochen, wie positiv sich regionale, saisonale, biologische und vor allem fair produzierte und gehandelte Lebensmittel auswirken. Die Kinder bringen biofaire Produkte mit und bereiten damit ein vielfältiges, wohlschmeckendes Frühstück zu.

Projekte der OÖGKK

Anmeldemöglichkeit zu den Projekten

OÖ GKK FORUM GESUNDHEIT

„Der kleine Mugg – mir & uns geht's gut!"



Auch im nächsten Schuljahr haben 15 Volksschulen in Oberösterreich die Möglichkeit an der Projektinitiative „Der kleine Mugg - mir & uns geht's gut!" teilzunehmen.
Dieses Projekt wird von der OÖ Gebietskrankenkasse in Kooperation mit dem Landesschulrat für OÖ und mit Unterstützung vom Land OÖ angeboten.

Gemeinsam begleiten wir Volksschulen in OÖ auf dem Weg zur „Gesunden Schule OÖ" und erarbeiten Maßnahmen zur Schulischen Gesundheitsförderung.

Nähere Informationen finden Sie auf unserer Homepage unter www.ooegkk.at/mugg.

Schule in Form!
gemeinsam.gesund.lernen



Die Oberösterreichische Gebietskrankenkasse hat gemeinsam mit dem Institut für Gesundheitsplanung ein Konzept für ein Gesundheitsförderungsprojekt für die Sekundarstufe 1 entwickelt.
Im Mittelpunkt steht die Partizipation der Schüler/innen.

Gesundheitskonferenzen mit den Kindern und der gemeinsame Zusammenführungsworkshop mit den Lehrerinnen und Lehrern haben sehr positive Ergebnisse für die Schulen gebracht. Im Schuljahr 2018/19 werden weitere fünf Schulen (NMS) in das Projekt aufgenommen. Ziel ist, gemeinsam Maßnahmen zur Schulischen Gesundheitsförderung zu erarbeiten und die Voraussetzungen für das Gütesiegel „Gesunde Schule OÖ" zu schaffen.

Nähere Informationen finden Sie auf unserer Homepage unter: www.ooegkk.at/schuleinform.

„Poly-Mix" – Gesunde Getränke mit einem Schuss Pädagogik



Ein neues Projekt für Polytechnische Schulen OÖ, mit dem Ziel, gesunde Schüler/innen wählen gesunde Getränke. „Flüssige Zuckerbomben" sind ein wachsendes Problem, wie uns Lehrkräfte und Schulärzte berichten. Zusammen mit den Teenagern wollen wir diesen Trend umkehren. Im Projektunterricht sollen die Schüler/innen eigene Getränke kreieren – zuckerarm und alkoholfrei und sich mit den Inhaltsstoffen der Getränke ausführlich beschäftigen. Am Ende des Schuljahres werden alle eingesendeten Rezepte durch Expertinnen und Experten geprüft und eine Jury wählt den „Siegerdrink" aus. Zudem winken für die drei Siegerschulen tolle Preise. Außerdem soll es eine Veröffentlichung aller Rezepte mit einer gemeinsamen Marketingaktivität geben.

Nähere Informationen finden Sie auf unserer Homepage unter: www.ooegkk.at/poly-mix.

„Gesundheit leben Gesundheit lernen“

Gesundheit leben
Gesundheit lernen

Im kommenden Schuljahr 2018/2019 besteht die Möglichkeit für 18 Schulen aus Oberösterreich an der Projektinitiative „Gesundheit leben Gesundheit lernen“ teilzunehmen. Das Projekt bietet Schulen ab der 5. Schulstufe die Gelegenheit sich klassen-oder fächerübergreifend mit dem Thema Gesundheit zu beschäftigen bzw.

Möglichkeiten einer gesundheitsfördernden Lebensgestaltung im Setting Schule zu erarbeiten.
Gleichzeitig besteht die Möglichkeit Sie im Rahmen dieses Projektes auf dem Weg zur „Gesunden Schule OÖ“ zu begleiten.

Nähere Informationen finden Sie auf unserer Homepage unter: www.ooegkk.at/glgl.



Broschüre „Gesunde Jause von zu Hause“

Download unter: http://www.ooegkk.at/schule
Broschüren, Informationen und Daten



Broschüre „So geht frühstücken: Mit Power in den Tag!“

Download unter: http://www.ooegkk.at/schule
Broschüren, Informationen und Daten

Wissenswertes

3. Vernetzungstreffen „Gesunde Schule OÖ“ am 23. Jänner 2018 in den Redoutensälen
Schulische Gesundheitsförderung soll helfen, die Schule als gesundheitsfördernde Lebenswelt zu gestalten und nachhaltig zu verankern, wenn bestimmte Qualitätskriterien erfüllt werden. Diese Schulen dürfen dann die Bezeichnung „Gesunde Schule OÖ“ führen.
Die OÖGKK begleitet Schulen auf ihrem Weg zum Gütesiegel, welches bereits 152 Schulen zuerkannt wurde.

Das bereits 3. Vernetzungstreffen aller Gütesiegelschulen fand heuer zum Thema „Gesunde Ernährung in der Schule“ statt. Die Begrüßung erfolgte durch die Landesschulärztin Dr. Gertrude Jindrich, die Direktorin der OÖGKK Dr. Andrea Wesenauer und Gesundheitslandesrätin Mag. Christine Haberlander statt.

Das Impulsreferat wurde von Herrn Univ.-Lektor Dr. Manuel Schätzer zum Thema „Gesundheitsförderung an Schulen anders gedacht – Impulse zum Thema Essen und Trinken“ abgehalten. Wie viel Zucker und Fett versteckt sich in vielen beliebten Getränken und Essgewohnheiten der Kinder? In den anschließenden vertiefenden Workshops konnte man sich praktische Tipps von Fachexperten/innen wie z. B. „Was kann Frühstück?“, „Tischkultur – gemeinsames Essen von der Steinzeit bis heute“, „Gesunde Schulverpflegung, Nahrung für Körper und Seele“ sowie „Bauernhof macht Schule“, holen.

Bei einem gesunden Buffet und Getränken fand ein angeregter Austausch der Lehrkräfte, Projektleiterinnen und Projektleiter der Gesunden Schulen statt, denn die Gesundheit und das Wohlbefinden unserer Kinder liegt uns allen am Herzen.

Zu den Videos vom Vernetzungstreffen:
https://www.edugroup.at/bildungstv/detail/mit-guter-ernaehrung-zu-besseren-lernerfolgen.html

Angebote

Land Oberösterreich

- Checkliste „Gesunde Schuljause“ des Landes OÖ: www.gesundes-oberoesterreich.at (unter Leistungen und Angebote)
- Broschüren zum Thema Ernährung des Landes OÖ: www.gesundes-oberoesterreich.at (unter Publikationen)
- Die Auszeichnung Gesunde Küche des Landes OÖ: Ein Markenzeichen für ernährungsphysiologische Qualität sowie regionale und saisonale Küche. Gesunde Küche-Betriebe bieten ein abwechslungsreiches, ausgewogenes und dem jeweiligen altersentsprechenden Bedarf angepasstes Essen an, das auch die traditionelle Hausmannskost berücksichtigt. www.gesundes-oberoesterreich.at (unter Netzwerke)

SIPCAN

- Schulbuffetcheck
- Getränkeautomatencheck
- Trink- und Jausenführerschein
- Schlau trinken
- Bewegung macht Spaß
- Getränke- und Milchproduktelisten

Neue Unterrichtsmaterialien, mit denen Kindern das Thema „Gesunde Ernährung“ spielerisch, abwechslungsreich und erlebnisorientiert näher gebracht werden kann, werden regelmäßig entwickelt. Diese werden zum kostenlosen Download zur Verfügung gestellt. Schulprojekte zur Gesundheitsförderung und Prävention – www.sipcan.at

LFI

https://ooe.lfi.at/schule-am-bauernhof+2500+1285023

- Schule am Bauernhof
- Geschmacksschule
- Empfehlungen für gelungene schulische Tagesbetreuung: https://bildung.bmbwf.gv.at/schulen/gts/index.html
- Esskultur an Schulen – nachhaltig und gendergerecht gestalten: www.umweltbildung.at (unter Publikationen)
- DGE-Qualitätsstandards für die Schulverpflegung: www.dge.de

Bundesministerium

- Leitlinie Schulbuffet



Der Weg zum Gütesiegel

Information	Am Ende jedes Schuljahres ergeht ein Erlass durch den Landesschulrat OÖ an alle Schulen. Er beinhaltet detaillierte Informationen über das Gütesiegel und Abgabefristen sowie alle benötigten Unterlagen.
Anmeldung	Anmeldung bzw. Interesse bekunden beim LSR OÖ. Bitte wenden Sie sich an Ihre Ansprechperson im LSR OÖ. Die ersten 20 Schulen werden ausgewählt, die übrigen werden für die nächste Runde vorgemerkt.
Informations-veranstaltung	Teilnehmende Schulen werden zu einer verpflichtenden Informationsveranstaltung eingeladen, welche zweimal im Jahr stattfindet. Inhalt: Bedeutung der Gesundheitsförderung, Kriterien der Zuerkennung des Gütesiegels, Unterstützung, Dokumentation.
Umsetzung	Zeit zur individuellen Umsetzung in den Schulen. Unterstützung bieten Ihnen hier die im Arbeitskreis vertretenen Institutionen. Bitte wenden Sie sich an Ihre Ansprechpersonen im LSR OÖ und der OÖGKK.
Workshop	Zweimal im Jahr findet ein Workshop zum Gütesiegelantrag statt. Die Teilnahme am Workshop bedeutet für Sie eine große Erleichterung und auch Zeitersparnis und ist gleichzeitig ein wichtiger Schritt für eine positive Bewertung durch die Fachjury.
Ansuchen	Schriftliches Ansuchen um das Gütesiegel beim Institut für Gesundheitsplanung – bitte Fristen beachten. Auch hier bieten wir im Vorfeld Unterstützung. Bitte wenden Sie sich an Ihre Ansprechpersonen im LSR OÖ und der OÖGKK.
Entscheidung	2-mal jährlich trifft sich eine Fachjury zur Bewertung der Ansuchen. Die Mitteilung der Juryentscheidung an die Schulen erfolgt schriftlich.
Verleihung	Verleihung des Gütesiegels im Rahmen eines Festaktes durch höchste Vertreter/innen der beteiligten Organisationen.

Wir unterstützen Sie auf dem Weg zur „Gesunden Schule OÖ“



OÖ Gebietskrankenkasse
Angelika Mittendorfer-Jusad
Beratung und Prozessbegleitung im Bereich der Schulischen Gesundheitsförderung
Tel: 05 78 07 - 10 35 15, E-Mail: angelika.mittendorfer-jusad@ooegkk.at



Landesschulrat OÖ
FI OLfWE Annemarie Thallner
Pädagogische Betreuung von der Anmeldung bis zur Einreichung des Gütesiegels
Tel: 0732/70 71 - 11 51, E-Mail: annemarie.thallner@lsr-ooe.gv.at



Institut für Gesundheitsplanung
Elena Madlschenter
Einreichung des Ansuchens, Organisation der Gütesiegelverleihung
Tel: 0732/78 40 36 - 11, E-Mail: institut@gesundheitsplanung.at

Wenn Sie Fragen zur „Gesunden Schule OÖ“ oder zu Schulischer Gesundheitsförderung haben, rufen Sie uns einfach an oder schicken Sie uns eine E-Mail. Wir unterstützen Sie auch gerne beim Ansuchen bzw. während des Prozesses zur Erreichung der Voraussetzungen.

Weitere Informationen finden Sie unter: www.lsr-ooe.gv.at/gesunde_schule und www.ooegkk.at/schule

OÖ GKK FORUM GESUNDHEIT
Gesundes Oberösterreich
LANDESSCHULRAT OBERÖSTERREICH
INSTITUT FÜR GESUNDHEITSPLANUNG