



newsletter



schulnetz21

kantonales netzwerk  
gesundheitsfördernder schulen

st.gallen

## EDITORIAL

Liebe Leserin, lieber Leser

Gesundheitsförderung und Prävention in der Schule haben verschiedene Facetten - psychische Gesundheit, Bewegung und Ernährung, Sucht- und Gewaltprävention oder Umgang mit digitalen Medien, um nur einige zu nennen. Nachfolgend finden Sie dazu allgemeine Informationen und konkrete Hinweise auf Projekte, Programme und Fachtagungen. Wir freuen uns, wenn Sie sich für die Präventionsarbeit an Ihrer Schule inspirieren lassen. Ich wünsche Ihnen eine anregende Lektüre.

Norbert Würth  
Schule und Gesundheit

## ANGEBOT

**Datenbank Mitgliedsschulen und Projektbeispiele Schulnetz21**

Die [Datenbank der Mitgliedsschulen](#) gibt Einblick, welche Schulen in den verschiedenen Kantonen Mitglied des Schulnetz21 sind. Unter Details finden sich weitere Angaben, so zum Beispiel die aktuellen thematischen Schwerpunkte einer Mitgliedsschule. In der Rubrik [Projektbeispiele](#) findet sich eine Fülle von Umsetzungsbeispielen zu verschiedenen Themenbereichen. Sie beschreiben konkrete Erfahrungen aus den Entwicklungsprozessen der Mitgliedsschulen.

## INFO

**Ein «Kompass» für passende Unterstützungsangebote**

Das vom Ostschweizer Forum für Psychische Gesundheit und dem Amt für Gesundheitsvorsorge entwickelte Tool zur Suche nach Beratungs- und Hilfsangeboten ist neu auch auf der Website des Kantons St.Gallen verfügbar. Unter dem Namen [«Kompass St.Gallen»](#) können Hilfesuchende und Fachpersonen gezielt Angebote finden, die je nach Wohnort zur Verfügung stehen. Der Kompass löst das bisherige «Verzeichnis der Sozialberatungsstellen» ab.

## ANGEBOT

**akzent** prävention un-  
suchttherapie

**Schnupf- und Kautabak: Quiz und Faktenblatt**

Obwohl mit dem Tabakkonsum erhebliche Gesundheitsrisiken einhergehen, darf die Tabakindustrie weitgehend unbeschränkt werben. Mit dem [Online-Quiz](#) von [Akzent Prävention und Suchttherapie Luzern](#) lässt sich das Wissen rund um Schnupf- und Kautabak testen und auffrischen. Das [Faktenblatt](#) von [Sucht Schweiz](#) enthält ergänzende Informationen, um Werbung für Tabakprodukte kritisch beurteilen zu können.

---

**ANGEBOT**

**Spiele im Wald, Park und Garten**

Kinder brauchen täglich frische Luft, Tageslicht und die Möglichkeit, sich auszutoben. Sie möchten die Welt um sich herum entdecken und auf spielerische Art und Weise kennen lernen. Tolle Spiele unterstützen die Erkundungstouren, insbesondere im faszinierenden Wald. Er ist ein bedeutender Erholungsraum für die Bevölkerung. Zahlreiche Studien belegen auch die positiven Auswirkungen auf Kinder. Die [«Spielideen für Wald, Park und Garten»](#) wollen nachhaltige Erlebnisse in der Natur unterstützen. Probieren Sie es aus!

---

**ANGEBOT**

**«Be-you-tiful» – Körperbild und Geschlecht**

«Be-you-tiful» will Jugendliche und ihr soziales Umfeld zur Körperbild-Thematik sensibilisieren. Die Fachstelle [jumpps Jungen- und Mädchenpädagogik](#) stellt dazu Lehrpersonen und Jugendarbeitenden ein ausführliches Dossier zur Verfügung und begleitet die Projekte vor Ort kostenlos. Jugendlichen können so (medial) vorgegebene Identitäten und geschlechtsspezifische Schönheitsideale mit eigenen Film-, Theater- und Fotoprojekten reflektieren. [Information](#) und [Anmeldung](#)

---

**INFO**

**Themendossier «Gender – Gleichstellung»**

Das Jubiläum 50 Jahre Frauenstimmrecht in der Schweiz im Jahr 2021 ist eine gute Gelegenheit, mit Schülerinnen und Schülern aller Altersstufen, von Zyklus 1 bis zur Sekundarstufe II, an diesem Thema zu arbeiten. Das [Themendossier «Gender – Gleichstellung»](#) wurde in Zusammenarbeit mit verschiedenen Fachstellen für die Gleichstellung in der Schweiz realisiert. Ein [Online-Quiz](#) mit sechs Fragen zu Gender und Gleichstellung ergänzt die Unterlagen.

---

**INFO**

**Herzprung – Stärkung der Beziehungskompetenzen**

«Herzprung –Freundschaft, Liebe, Sexualität ohne Gewalt» ist ein Präventionsprogramm zur Gewaltprävention in jugendlichen Paarbeziehungen. Es richtet sich an Jugendliche im Alter von 14 bis 18 Jahren und wird von Moderationspersonen im Team-Teaching (Frau / Mann) durchgeführt. Am 28. und 29. Oktober findet für angehende Moderationspersonen eine zweitägige Ausbildung statt. Schulen und ausserschulische Organisationen können einen Antrag für die Finanzierung der Ausbildung von maximal zwei internen Moderationspersonen stellen. Voraussetzung ist die Verpflichtung, Herzprung umzusetzen. [Information](#)

---

**ANGEBOT**

**Tabak – Gift für Mensch und Natur**

[Unfairtobacco](#) bietet auf seiner Plattform [Lehrpersonen](#) Materialien zum Thema Tabakkonsum und Umweltbelastung an. Wichtige Fragen, auf welche die Unterlagen Antworten geben, sind: Wieso schadet Tabak der Umwelt? Wie schädlich ist Tabak für die Wälder und wer arbeitet auf den Tabakfeldern? Wie verhält sich die Tabakindustrie? Die digitalen Diashows sind für [Kinder und Jugendliche ab 12 Jahren](#) geeignet. Es lässt sich zwischen verschiedenen Schwerpunkten wählen. Die Materialien sind auch in der ausserschulischen Bildungsarbeit einsetzbar.

---

**ANGEBOT**

**«Abenteuerinsel» – Förderung von Lebenskompetenzen**

«[Abenteuerinsel](#)», die neue multithematische Methode zur Förderung von Lebenskompetenzen von «[feel-ok.ch](#)» umfasst 30 thematische Einheiten, mit denen die Gesundheits- und die methodischen Kompetenzen von Jugendlichen gefördert werden können. Dazu enthält «Abenteuerinsel» 18 Überraschungsaufgaben, mit denen die Heranwachsenden Lebenskompetenzen erleben können. Eine [YouTube-Videoleitung](#) weist auf die Besonderheiten von «Abenteuerinsel» hin.

---

**INFO**

**Lernen und  
Gesundheit**  
das Schulportal der DGUV

**Berufseinstieg – Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz**

Sexualisierte Übergriffe finden an vielen Arbeitsplätzen statt – in allen Branchen, in allen beruflichen Positionen. Besonders oft sind Frauen das Ziel von Anzüglichkeiten und Übergriffen. Sexuelle Belästigung gibt es in allen Branchen. Nur wer bei Übergriffen und Anzüglichkeiten seine Rechte kennt, kann aus der Opferrolle heraustreten und selbstbewusst agieren. Die Schule ist ein Ort, an dem die Berufseinsteigerinnen und Berufseinsteiger frühzeitig für das Thema und besonders für ihre Rechte sensibilisiert werden können. Auf dem [Schulportal der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung](#) findet sich hierzu [Schulungsmaterial](#).

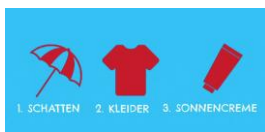
---

**INFO**

Bilderbuch: Das Haus im Schatten


**Bilderbuch «Das Haus im Schatten»**

Das Bilderbuch «Das Haus im Schatten» erzählt die Geschichte von Mia, die wegen ihres Sonnenbrandes nicht mit den anderen Kindern nach draussen darf. Es bildet die Basis verschiedener Unterrichtsmaterialien, welche die Krebsliga in Zusammenarbeit mit der Pädagogischen Hochschule Zug für Kinder von 4 bis 8 Jahren entwickelt hat. Die Unterrichtsmaterialien sind kostenlos. [Information und Bestellmöglichkeit](#)

**ANGEBOT**

**Sonnenschutz**

Nicht nur die Sommer-, auch die Herbstzeit ist UV-Zeit. [«feel-ok.ch»](#) erklärt, warum dies sinnvoll ist und was man dabei beachten sollte. Infos und Materialien laden dazu ein, das wichtige Thema mit den Jugendlichen zu besprechen. Die [Krebsliga Zürich](#) bietet mit der [Sonnenschutzkampagne für Jugendliche](#) weitere Informationen.

**INFO**

**schulnetz21**

 schweizerisches netzwerk  
gesundheitsfördernder und  
nachhaltiger schulen

**Gesund und nachhaltig durch die Pandemie**

In der nach wie vor schwierigen Situation rund um Covid-19 ist es besonders wichtig, resilient zu bleiben und sich um sich selbst, die Schülerinnen und Schüler und die Schule als Ganzes zu kümmern. Das positive Schul- und Klassenklima ist zentral, wie auch ein proaktiver und bewusster Umgang mit der psychischen Gesundheit der Kinder und Jugendlichen. Lehrpersonen und Schulleitungen finden in der [Zusammenstellung](#) von Schulnetz21 eine Sammlung von Instrumenten und Ressourcen.

**INFO**

**Schulnetz 21: Unterlagen aus Erfa-Treffen und Fachtagung**

Die Unterlagen des Erfa-Treffens der Mitgliedschulen vom 5. Mai 2021 zum Thema Beziehungskompetenzen sind nun [online](#) verfügbar. Auch die Referate und Workshops aus der Fachtagung «Bildung – heute, morgen, übermorgen!» vom 21. Juni 2021 stehen für Interessierte [online](#) zur Verfügung.

**ANGEBOT**

**«wup App» von Pro Juventute: Sicher auf Social Media unterwegs**

Für Kinder, die sich in der digitalen Welt erst zurechtfinden müssen, wurde wup entwickelt. Die App begleitet Kinder auf Social Media, wenn sie ihre ersten Erfahrungen mit dem Smartphone machen. Sobald es heikel wird, macht sich die App bemerkbar. «wup» hilft, Gefahren einschätzen zu lernen und Risiken besser zu erkennen. Die App besteht aus einer Version für Kinder und einer für Eltern. Sie fördert so das Zusammenspiel zwischen beiden. [Information](#)

**AGENDA**

 13. November 2021  
27. November 2021

 Purzelbaum-Tagung «Bewegte Medien – Medien in Bewegung», Zürich, [Info](#)  
Impulstagung Schulnetz21, «Von der Vision zur Handlung», Luzern, [Info](#)

Redaktion und Kontakt:

 Amt für Gesundheitsvorsorge | ZEPRA | Fachstelle Schule und Gesundheit | Norbert Würth  
Unterstrasse 22 | 9001 St.Gallen | Telefon 058 229 87 66 | [norbert.wuerth@sg.ch](mailto:norbert.wuerth@sg.ch)