



 **Gesunde  
Schule**



Siegel  
Gesunde Schule  
im Landkreis  
Ravensburg

# Hintergrund

Kinder und Jugendliche haben eine Vielzahl an (gesundheitlichen) Ressourcen, die es zu erkennen und zu stärken gilt. Durch Förderung von Selbstwirksamkeit und Gesundheitskompetenz können vielfältige gesundheitliche Belastungen und Gefährdungen vermieden werden. Denn das Kindes- und Jugendalter ist prägend für viele Verhaltensweisen, mit großem Einfluss auf unsere Gesundheit im Erwachsenenalter.

**Gesundheit entsteht** aber nicht hauptsächlich im Gesundheitssystem, sondern **dort, wo Menschen leben, und dadurch, wie sie leben**. Auf der Basis dieser Erkenntnis wurde von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) das Konzept der Gesundheitsförderung in Lebenswelten entwickelt.

Die Schule als Lebenswelt hat einen besonderen Stellenwert, da dort aufgrund der Schulpflicht alle Kinder in unterschiedlichen Altersgruppen zu finden sind und die Schule per se einen stark prägenden Einfluss auf sie ausübt.

Die gesundheitliche Situation aller Beteiligten hat wiederum wesentlichen Einfluss auf den Bildungsauftrag der Schule, denn:

**Gesunde Kinder lernen leichter und gesunde Lehrkräfte lehren leichter.**

Die Lebenswelt Schule steht in den vergangenen Jahren verschiedensten politischen, gesellschaftlichen und administrativen Anforderungen gegenüber.



## Und jetzt auch noch „Gesunde Schule“?

Eindeutig ja, denn es lohnt sich:

- Sie können ein Siegel „Gesunde Schule“ verliehen bekommen und Ihr Profil nach außen sichtbar machen.
- Ihre Investition in Gesundheit zahlt sich auch für den Bildungsauftrag aus.
- Sie erhalten Unterstützung bei Ihren Aktivitäten für eine „Gesunde Schule“.



Die umseitig stehende **Präambel** dient der Verankerung Ihrer Maßnahmen in bewährte Konzepte der Gesundheitsförderung in Lebenswelten. Die „Gesunde Schule“ bekennt sich damit zu den Kernstrategien der WHO für die Gesundheitsförderung.

Konkret heißt das, „Gesundheit“ zu einem Leitwert in der Schule zu erheben („advocating“), die Schule offensiv als stärkende und befähigende Lebenswelt zu gestalten („enabling“) und dies durch Vermittlung und Vernetzung inner- und außerhalb der Schule zu ermöglichen („mediating“).

Tun Sie das alles längst oder scheint Ihnen das ein Weg mit Mehrwert, den Sie zukünftig mit Ihrer Schule gehen möchten?

**Dann bewerben Sie sich um einen oder mehrere Siegelbereiche!**

# Präambel

1. **Eine gesunde Schule** integriert Gesundheitsförderung in ihr **Schulprogramm**. Sie nimmt somit Bedingungen und Ressourcen für Gesundheit in den Blick und bemüht sich um ein gutes **Schulklima**.
2. **Eine gesunde Schule** benennt einen **Ansprechpartner** für die schulische Gesundheitsförderung.
3. **Eine gesunde Schule** berücksichtigt Gesundheitsförderung als **Querschnittsaufgabe** bei schulinternen Prozessen und Entscheidungen.
4. **Eine gesunde Schule** bezieht alle an der Schule Beteiligten in die Planung der schulischen Gesundheitsförderung mit ein (Konferenz, **runder Tisch**, etc.).
5. **Eine gesunde Schule** betreibt ein transparentes **Informationsmanagement** und formuliert Ziele und Maßnahmen auf der Grundlage von verständlichen, transparenten und zugänglichen Informationen und Daten.
6. **Eine gesunde Schule** führt gesundheitsfördernde Maßnahmen durch, die sich sowohl an einer **Verhaltensdimension** als auch an den schulischen **Verhältnissen** orientieren und **partizipativ** ausgerichtet sind.
7. **Eine gesunde Schule** nimmt gesundheitsförderlichen Einfluss auf Verhalten und Verhältnisse **über die Schule hinaus** (Elterninformation, offene Veranstaltungen, etc.).

# Bereiche



Für welche Bereiche kann das Siegel „Gesunde Schule“ verliehen werden?

-  Ernährung
-  Bewegung
-  Seelische Gesundheit
-  Suchtprävention
-  Gewaltprävention
-  Körperbewusstsein und Sexualität
-  Medienkompetenz
-  Gesundheit am Arbeitsplatz

Diese möglichen Siegelbereiche lehnen sich eng an abgestimmte Gesundheitsziele in Deutschland und Baden-Württemberg an.

Im Einzelnen können Sie ein Siegel für die Bereiche **Bewegung, Ernährung, Körperbewusstsein und Sexualität** sowie **Medienkompetenz** erwerben. Die eng miteinander verwobenen psychosozial ausgerichteten Bereiche **Suchtprävention, Gewaltprävention und Seelische Gesundheit** sind von weiterführenden Schulen differenziert zu beantragen, ungeachtet dessen, dass es auf der Maßnahmenebene Überschneidungen geben kann. Grundschulen können sich nur für Seelische Gesundheit als Basisbereich, in den Sucht- und Gewaltprävention integriert sind, bewerben. Ebenso wichtig ist die Mitarbeitergesundheit, die unter den Bereich **Gesundheit am Arbeitsplatz** fällt.

Die Auszeichnung für den jeweiligen Bereich erfordert entsprechende Rahmenbedingungen, Angebote, Methoden und deren Verankerung im Schulprogramm. Des Weiteren sollten Handlungsvereinbarungen für den Umgang mit schwierigen Situationen im jeweiligen Bereich bestehen.

# Voraussetzungen und Entwicklungen

Voraussetzung für die Bewerbung um das Siegel „Gesunde Schule“ ist das **Bekanntnis der Schule zu der Präambel**.

Die Schulgemeinschaft informiert sich über die Präambel und fasst über die Bewerbung einen gemeinsamen Beschluss.

Dabei einigt sie sich auf die Bereiche, für die ein Siegel beantragt wird. Das Siegel wird für 3 Jahre erteilt und kann beim nächsten Siegelturnus verlängert und um weitere Bereiche ergänzt werden.

**Die Schule erhält ein Siegel in:**

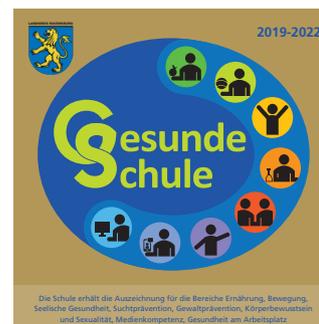
- Bronze für 1-2 Bereiche (GS & wfS)
- Silber für 3 (GS) bzw. 3-4 Bereiche (wfS)
- Gold ab 4 (GS) bzw. ab 5 Bereichen (wfS)

*(GS=Grundschule, bzw. Klasse 1-4,*

*wfS=weiterführende Schule, bzw. ab Klasse 5)*

Wenn sich die Schule in weiteren Bereichen entwickeln möchte, empfiehlt sich die Einrichtung eines **Planungsgremiums**.

Für dieses Gremium bieten wir begleitende Unterstützung an.



# Antragstellung



## Was muss eine Schule tun, um das Siegel zu erlangen?

Alle wichtigen Informationen und Unterlagen finden Sie unter [www.siegel-gesunde-schule.de](http://www.siegel-gesunde-schule.de)

Bitte laden Sie zur Beantragung eines Siegels dort die Antragsformulare für den jeweiligen **Themenbereich** herunter, um sie **digital auszufüllen**. Schulen mit Primar- und Sekundarstufe müssen jeweils separate Anträge für „Klasse 1-4“ und „ab Klasse 5“ stellen.

Die ausgefüllten Unterlagen werden einmal unterschrieben per Post und einmal ohne Unterschrift digital an die Projektkoordination (s.Rückseite) geschickt. Die Jurymitglieder behalten sich vor, sich vor Ort ein Bild von der Schule zu machen.

Eine Liste mit **bestehenden Angeboten und Projekten**, auf die Sie als Schule zurückgreifen können, können Sie online unter dem jeweiligen Themenbereich herunterladen. **Wir unterstützen** Sie auch gerne dabei, sich als „Gesunde Schule“ weiterzuentwickeln.

**Antrag: Seelische Gesundheit - Klasse 1 bis 4**

Name der Schulfachlehrer:  
Anzahl Klassen:  
Anzahl Schulfachlehrer:  
Ganztagserrichtung:  
an wie vielen Tagen?

**Bewerbung um das Siegel „Seelische Gesundheit“ im Landkreis Ravensburg im Jahr 2019**

Mit dem Siegel „Seelische Gesundheit“ werden Schulen ausgezeichnet, die ein besonderes Augenmerk auf die Stärkung der Lebenskompetenzen (Core Skills) „Emotionen (WO)“ bei Kindern legen. Es geht also vor allem um die Förderung von Fähigkeiten, Einstellungen und Verhaltensweisen, die Grundlage für seelische Gesundheit und soziale Integration sind. Das Ziel ist eine solche Ausdehnung zum Umgang mit Verhaltensauffälligkeiten und Leistungsstörungen als Ausdruck seelischer Probleme etabliert sein, sowie Regelverstoße und Konflikte konsequent und vorurteilsfrei bewältigt werden.

Seit 2017 sind Themen der „Seelisch- und Suchtpflicht“ in den Siegelbereich „Seelische Gesundheit“ integriert, sodass für Grundschulen nur noch dieser Bereich – im Siegelbereich – zu beantragen ist. Bei der Entwicklung eines Konzepts für „Seelische Gesundheit“ in der Grundschule steht die Förderung folgender Kompetenzen bei Kindern im Fokus:

- Achtsamkeit, Selbstwahrnehmung
- Selbstbildwahrnehmung, Selbstvertrauen
- Empathie und Soziale Kompetenz
- Kommunikations- und Beziehungsfähigkeit
- Optimismus, Motivation zur Bewältigung von Herausforderungen
- Entlohnungsbewertung (Frustrationstoleranz, Bedürfnisnachschub, Selbstkontrolle)
- Stressbewältigung und Entspannungstechniken
- Konfliktbewältigung, Problemlösefähigkeiten

Die Fachlehrkräfte sollen die Schule als Ort der Partizipations- und Mitbestimmungsmöglichkeiten, der Unterstützung der Zugehörigkeit und der Vorbilder etablieren machen. „Achtsamkeit und Anerkennung“ sollen „Erziehler“ fördern gelungene Beziehungen und solche kalte Themen an der Schule sein, auch gezielt, um der Stigmatisierung von psychischen Erkrankungen vorzubeugen.

© 2019 Landkreis Ravensburg, www.lra.ravensburg.de, www.lra.ravensburg.de

**Kriterien zum Erhalt des Siegels sind:**

1. Vollständiges Ausfüllen des Antragsformulars und Einhalten der Abgabefrist
2. Angebote für die Schülerschaft sowie jeweils mindestens ein Angebot für Eltern und Lehrkräfte, die die z. B. Kompetenzen aufbauen
3. Schul- und Klassenzeits fördern
4. Entscheidungsbewertung gewährleisten
5. Lehr- und Anwesenheitskultur
6. Kultur des Hinschauens und Konfliktmanagement
7. Nachhaltigkeit, unterstützt durch ein Gesamtorganisations abgestimmter Maßnahmen, das im Schulprofil (Schulprogramm, Leitlinien etc.) verankert ist (ggf. Nachweise belegen)
8. Unterstützung durch Schulleitung und Elternvertretung

➔ **Antragseinreichung digital (ohne Unterschriften) bis zum 31.12.2018 und ein Exemplar der Post (mit Unterschriften).**

Antragjahr 2018      Start Oktober 2017      - 1 -

# Beratung und Unterstützung

## Ansprechpartner für die verschiedenen Bereiche:

**Ernährung:** Ernährungszentrum Bodensee-Oberschwaben, Veterinäramt

**Bewegung:** Staatliches Schulamt Markdorf, Sportkreis Ravensburg e. V., Volkshochschule Weingarten

**Seelische Gesundheit, Suchtprävention, Gewaltprävention:** Caritas Bodensee-Oberschwaben, Diakonisches Werk Ravensburg, Polizeipräsidium Konstanz, Kommunale Suchtbeauftragte des Landkreises Ravensburg, Jugendamt, Gesundheitsamt

**Körperbewusstsein und Sexualität:** Beratungsstelle Grüner Turm, aha – Tipps & Infos für junge Leute, Gesundheitsamt, Diakonisches Werk Ravensburg

**Medienkompetenz:** Kreisjugendring Ravensburg e. V., KreisMedienZentrum,

Schulsozialarbeit Schulzentrum Kißlegg, Polizeipräsidium Konstanz

**Gesundheit am Arbeitsplatz:** Staatliches Schulamt Markdorf, Pädagogische Hochschule Weingarten

Wenn Sie **Beratung wünschen**, um in Ihrer Schule die Voraussetzungen für ein Siegel „Gesunde Schule“ zu schaffen oder zu verbessern, dann wenden Sie sich bitte an:

Landratsamt Ravensburg  
Anika Hemme  
Gesundheitsamt  
Kreishaus II  
Gartenstr. 107  
88212 Ravensburg

Tel. 0751/85-5362  
anika.hemme@landkreis-ravensburg.de

[www.siegel-gesunde-schule.de](http://www.siegel-gesunde-schule.de)