



SIEGEL LETTER Nr. 34 – Januar 2026

Sehr geehrte Leserinnen und Leser,

wir wünschen Ihnen allen ein gutes, erfolgreiches und gesundes neues Jahr und möchten Sie heute zu den Neuerungen in unserem Arbeitsbereich des Gesundheitsamtes (SG Gesundheitsförderung) informieren.

Im Rückblick auf die 6 Siegelverleihungen seit 2010, freuen wir uns, dass sich insgesamt 33 Schulen im Bodenseekreis mit einem Siegel auszeichnen ließen und wir diese ein wenig unterstützen konnten bei Ihrer Entwicklung. Es ist uns aber bewusst, dass sich auch andere, bzw. alle Schulen, um das Wohlergehen Ihrer Schulgemeinschaft kümmern und engagieren. Für diese, Ihre großen Aufgaben, wünschen wir Ihnen allen weiterhin ein gutes Gelingen.

Aufgrund der Verschiebung von Schwerpunkten und Ressourcen in der kommunalen Verwaltung werden wir im Bodenseekreis in 2026 und bis auf Weiteres keinen Bewerbungsturnus auf das „Siegel Gesunde Schule“ anbieten.

In 2026 wird die Förderung der seelischen Gesundheit ein Aufgabenschwerpunkt im Team der Gesundheitsplanung/Gesundheitsförderung sein. Künftige Anliegen oder Anfragen Ihrerseits können Sie an das Team richten unter gesundheitsfoerderung@bodenseekreis.de. Namentlich sind dies: Elena Dreher, Nicole Pottharst, Yvonne Keller-Frank, Lea Beck und Tamara Auer mit den Themenbereichen „medizinische Versorgung“, „Bündnis Seelische Gesundheit“, „Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen“, „Bewegungspass“ und „Hitzeschutz“, sowie Elke Zeller und Antje Fahr für das Sekretariat.

Ich bedanke mich für alle Erfahrungen in der Arbeit mit Ihnen, die mich bereichert haben und gehe nun im Februar 2026 zuversichtlich in einen neuen Lebensabschnitt, die „Rente“, wo ich mich anderen Aufgaben und Freuden zuwende, die vor mir liegen. Herzliche Grüße, Christine Topcu

Redaktion: Landratsamt Bodenseekreis, Christine Topcu, E-Mail: christine.topcu@bodenseekreis.de

Aktuelle Angebote der Präventionsbeauftragten „stark.stärker.WIR“ (Team Markdorf)

Grundlagenseminar für Präventionslehrkräfte in Heiligkreuztal: 25.02. – 27.02.2026

Der Aufgabenbereich von Präventionslehrkräften umfasst die Gesundheitsförderung, die Suchtprävention und die Gewaltprävention. In diesem Grundlagenseminar werden, ausgehend von zentralen Begriffen wie Resilienz und Salutogenese, die allgemeinen Grundlagen der drei genannten Präventionsbereiche vermittelt. Das Präventionskonzept stark.stärker.WIR des Landes Baden-Württemberg dient als Leitfaden der präventiven Arbeit an Schulen. Die Fortbildung wird von Präventionsbeauftragten des ZSL, Regionalstelle Tübingen durchgeführt. Die Veranstaltung ist eingebettet in das landesweite Rahmenkonzept stark.stärker.WIR zur Prävention an Schulen (Anmeldung unter: [LFB-Online](#), lfb-Nummer 5DE9L4).

Regionaler Arbeitskreis (RAK) Prävention: Seelische Gesundheit in Bodnegg: 15.04.2026,

Beim RAK Prävention werden Impulse gesetzt, wie mehrere Personen bzw. das ganze Kollegium in die Präventionsarbeit einbezogen werden können. Externe Partner stellen ihre Unterstützungsangebote vor. Die Teilnehmenden tauschen sich über die Möglichkeiten des präventiven Arbeitens an der eigenen Schule aus. Der inhaltliche Schwerpunkt der Veranstaltung liegt auf dem Thema Seelische Gesundheit. Viele Jugendliche fühlen sich mental sehr belastet und immer mehr leiden unter psychischen Störungen. Daher ist es wichtig, vor allem in den gegenwärtig äußerst herausfordernden Zeiten, dass wir auch in den Schulen die seelische Gesundheit der Jugendlichen in den Blick nehmen. Beim RAK sollen Stressoren identifiziert und kritisch hinterfragt werden und Veränderungen angestoßen werden, um die Resilienz der Schülerinnen und Schüler zu stärken.

Es werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie das Thema mit den Schülerinnen und Schülern reflektiert werden kann, z.B. in der Klassenlehrerstunde, im Fachunterricht oder an Projekttagen.

Die Fortbildung wird von Präventionsbeauftragten des ZSL, Regionalstelle Tübingen durchgeführt. Die Veranstaltung ist eingebettet in das landesweite Rahmenkonzept stark.stärker.WIR zur Prävention an Schulen (Anmeldung unter: [LFB-Online](#), lfb-Nummer 8D4LN2).



SIEGEL LETTER Nr. 34 – Januar 2026

Bei Interesse an schulinternen Abruferveranstaltungen oder Schulberatung zu Präventionsthemen, nehmen Sie gerne Kontakt mit unserem **Regionalteam der Präventionsbeauftragten** auf: Praevention-mak@zsl-rstue.de. Weitere Infos im Internet: zsl-bw.de.

Angebote des AGJ Fachverband für Prävention und Rehabilitation in der Erzdiözese Freiburg e.V.

Fortbildungen für Fachkräfte, Pädagogische Tage, Vorträge und Trainings für Gruppen/Klassen:

[Jahresprogramm 2025/2026](#) des AGJ (pdf)

Themen sind: Freiburger Sozialtraining und Systemische Mobbingintervention, Classroom-Management, Positive Autorität im Ganztage, Positive Autorität in der Schule, Mediation und Tat-Ausgleich, Compassionstraining und Tat-Ausgleich, Resilienz, Körpersprache in Konflikten

Online Beratung und Information zu Mobbing zwischen Kindern und Jugendlichen

- bei diffusen Konflikten (ist der Konflikt Mobbing?)
- präventiv, vorbeugend gegen Mobbing
- bei Mobbing-situationen



Expert*innen des AGJ Fachverbands beraten Fachkräfte aus Jugendhilfe und Schule online, vertraulich und unentgeltlich: Formlose Anfragen an: mobbing-beratung@agi-freiburg.de

Weitere Informationen dazu unter: <https://agi-mobbing-beratung.de/>

Schriftenreihe für Eltern zu verschiedenen Themen: Depressionen, Suchtmittel, Sexuelle Gewalt unter Kindern, Gaming sicher begleiten, Stress, ADHS, Erziehung und vieles mehr: www.agi-elternwissen.de

Kontakt und Informationen: <https://agi-freiburg.de/> und <https://www.konflikt-kultur.de/>

Stärkung der Gesundheitskompetenz bei Schülerinnen und Schülern

„Gesundheitskompetenz ist mit Wissen, Bildung und Motivation verknüpft und stellt die Fähigkeit dar, Informationen zur Gesundheit zu finden, zu verstehen, zu beurteilen und anzuwenden, um im Alltag informierte Entscheidungen zur Gesundheit zu treffen.“ (Soerensen et al., 2012)

Die [DAK-Präventionsradar-Studie \(2025\)](#) mit 26.500 Schülerinnen und Schüler aus 14 Bundesländern ergab, dass 84% nur niedrige bis moderate Gesundheitskompetenz besitzen, was mit höherem Risiko für Erschöpfung, Depressionen und Einsamkeit einhergeht, vor allem bei sozial benachteiligten Kindern.

Die [HBSC-Studie des Robert Koch-Instituts \(2022\)](#) bestätigt 24,4% geringe Gesundheitskompetenz bei Schülern, mit stärkeren Defiziten bei Mädchen, Älteren und Niedrigschichtkindern, was ungünstiges Gesundheitsverhalten wie weniger Bewegung begünstigt.

Noch deutlicher wird das Problem bei der sogenannten navigationalen Gesundheitskompetenz: **Über 80 % der Befragten haben Schwierigkeiten, sich im komplexen Gesundheitssystem zurechtzufinden** ([Ergebnisse der Teilstudie HLS-GER 3: Baden-Württemberg \(2025\)](#)). Sie können oft nicht einschätzen, welche Anlaufstelle für ihr gesundheitliches Anliegen die richtige ist. Dies führt zu unnötigen Arztbesuchen, Informationsverlusten und einer ineffizienten Nutzung bestehender Versorgungsangebote. Besonders stark trifft dieses Problem Menschen mit niedrigem Bildungs- und Sozialstatus sowie Personen mit begrenzten finanziellen Mitteln.

Die Gesundheitskompetenz- insbesondere die navigationale Gesundheitskompetenz- zu fördern sollte daher auch in Schulen in den Fokus genommen werden.

Durch altersgerechte Workshops zu Informationssuche, Systemorientierung und Rechten können Schülerinnen und Schüler resilienter werden und spätere Belastung vermeiden. Die Förderung von Gesundheitskompetenz an Schulen kann an bestehende Strategien der schulischen Gesundheitsförderung und Medienbildung (sprich Medienkompetenz) anknüpfen.

Die Stärkung der Gesundheitskompetenz in Schulen baut soziale Ungleichheiten ab, fördert gesundes Verhalten langfristig und verhindert Fehlwege im Gesundheitssystem.

Ansprechpartnerin: Elena Dreher, Gesundheitsplanung mit Schwerpunkt „Medizinische Versorgung“ im Gesundheitsamt. E-Mail: gesundheitsfoerderung@bodenseekreis.de