



SIEGEL LETTER Nr. 29 – Sept. 2022

Sehr geehrte Leserinnen und Leser,

Corona hat uns alle in den letzten beiden Jahren herausgefordert und diese „Krisensituation“, sowie der aktuelle Ukraine-Krieg werden wohl auch künftig noch weitere Veränderungen im Alltag und in der Lebenswelt Schule bewirken. Das Sachgebiet Gesundheitsplanung/Gesundheitsförderung wurde umstrukturiert und bearbeitet jetzt auch zunehmend Themen der medizinischen Versorgung. Prävention und Gesundheitsförderung sind daneben weiter ein wichtiges Handlungsfeld, sodass wir die Kommunikation über den SiegelLetter heute gerne wieder mit Ihnen aufnehmen.

Bitte sehen Sie sich zudem auch auf unserer Homepage www.siegel-gesunde-schule.de bei „Aktuelles“ um. Eine Bewerbung auf das „Siegel Gesunde Schule“ ist voraussichtlich 2023 wieder möglich.

Ihre Ansprechpartnerin für „Siegel Gesunde Schule“: Christine Topcu, Gesundheitsamt Bodenseekreis.

Jugendmedienwoche – Herbstferien 2022

Im Kindes- und Jugendalter üben Medien eine hohe Anziehungskraft aus. Medienbildung trägt dazu bei einen verantwortungsvollen Umgang mit den Medien zu lernen. In der JugendMedienWoche werden die Medienkompetenzen in zahlreichen Workshops und Vorträgen gefördert und Eltern sowie pädagogische Fachkräfte angeregt, sich mit diesen Themen auseinanderzusetzen. Informieren sie sich zu der Programmübersicht unter www.bodenseekreis.de/jugendmedienwoche.de.

Informationen und Anmeldung unter: www.vhs-bodenseekreis.de

BeKi - Lehrkräftefortbildung

Die Landesinitiative BeKi- Bewusste Kinderernährung bietet die Fortbildungen „Der **Ernährungsführerschein** – Die Küche kommt ins Klassenzimmer“ und „**Ideenwerkstatt Ernährungsbildung**“ an.

Damit sollen Lehrkräfte bei der praxisnahen Ernährungs- und Verbraucherbildung im Schulunterricht unterstützt werden. Die Fortbildungen finden als Online- und Präsenzveranstaltungen statt.



Informationen, Termine und Anmeldung sind unter folgendem Link einsehbar:

<https://landeszentrum-bw.de/,Lde/Startseite/bilden/Anmeldung+zum+Web-Seminar>

Tag der Schulverpflegung – 17.11.2022

Schulen sind eingeladen, am 17. November am Tag der Schulverpflegung 2022 teilzunehmen und Ihren eigenen Aktionstag rund um Essen und Trinken durchzuführen!

Der Tag der Schulverpflegung widmet sich in diesem Jahr den Fragen:

„Wie gelingt eine gesundheitsfördernde und leckere Schulverpflegung?“

„Wie viele Lebensmittelabfälle fallen in der Mensa an?“

„Wie können diese Lebensmittelabfälle verringert werden?“

Ob Aktionen in der Mensa oder Projekte für den Unterricht – der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt! Das Landeszentrum für Ernährung stellt Ihrer Schulgemeinschaft und dem Mensa-Team wieder vielfältige Materialien und Ideen zur Verfügung. Darunter finden Sie

- ein eigens kreierte Herbstmenü mit saisonalen Aktionsrezepten nach den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung,
- einen Ideenkatalog mit vielen Mitmach-Angeboten rund um Essen und Trinken,
- ein ausgearbeitetes Unterrichtsmaterial zum Schwerpunktthema Lebensmittelverschwendung,
- Plakate und Quiz zur Lebensmittelverschwendung – für die Primar- und für die Sekundarstufe und
- verschiedenste Materialien für die Mensa zur Planung und Durchführung einer Messwoche sowie von Maßnahmen zur Verringerung von Lebensmittelverlusten.

Eine BeKi- Referentin kann am Tag der Schulverpflegung unterstützen.

Informationen zu den BeKi- Einsätzen gibt per E-Mail: lrmgard.hofmann@bodenseekreis.de

Informationen und Anmeldung zum Tag der Schulverpflegung: www.schulverpflegung-bw.de

oder <https://landeszentrum-bw.de/,Lde/Startseite/vernetzen/Tag+der+Schulverpflegung>



fit4future – Programme für Kids und für Teens

Ab dem Schuljahr 2022/2023 startet das in wesentlichen Teilen neu entwickelte vierjährige Programm auf Basis wissenschaftlich anerkannter Standards, und mit den gesammelten Erfahrungen und Erkenntnissen aus der Evaluation des vergangenen Programms. Das Programm unterteilt sich in:

- fit4future Kids www.kids.fit-4-future.de, für alle Grund- und Förderschulen (6- bis 12-Jährige)
- fit4future Teens www.teens.fit-4-future.de, für alle weiterführenden Schulen (10- bis 15-Jährige und 15- bis 19-Jährige).

Seit 2016 haben bereits mehr als eine Million Kinder und Jugendliche in 3.000 Schulen und Kitas deutschlandweit erfolgreich am fit4future-Programm teilgenommen. fit4future sensibilisiert Kinder und Jugendliche für einen gesunden Lebensstil und fördert ihre Gesundheitskompetenz in den Handlungsfeldern: Bewegung, ausgewogene Ernährung, psychische Gesundheit, geistige Fitness und Suchtprävention. Das fit4future-Programm unterstützt zudem die Schule bei der Qualitätsentwicklung und beim Aufbau gesundheitsförderlicher Strukturen.

Die Teilnahme ist für die Schulen kostenfrei: fit4future wird aus Mitteln der Gesundheitsförderung und Prävention von der DAK-Gesundheit gefördert. Die Schulen verpflichten sich zur aktiven Teilnahme an dem Programm. Dafür erklären sich je Schule zwei Lehrkräfte oder Schulsozialarbeiterinnen bzw. Schulsozialarbeiter verantwortlich. Der Beitrag zum Gelingen des Programms ist also die Bereitstellung von Personalkapazitäten und Räumlichkeiten für die Umsetzung.

fit4future ist eine Präventionsinitiative, die von der DAK-Gesundheit und der fit4future foundation in Zusammenarbeit mit dem Lehrstuhl für Präventive und Rehabilitative Sportmedizin der Technischen Universität München sowie Prof. Dr. Ingo Froböse (Deutsche Sporthochschule Köln) und seinem Team von der Denkfabrik fischimwasser entwickelt wurde.



Bewerben Sie sich jetzt, die Plätze sind limitiert. Informationen und Ansprechpartner
fit4future Kids: Manuel Raith, Telefon 089 74661469, kids@fit-4-future.de
fit4future Teens: Anne-Kathrin Borchardt, Telefon 089 74661456, teens@fit-4-future.de

Psychische Gesundheit

Infolge der Corona-Epidemie wurde das Universitätsklinikum Ulm, Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie durch das Sozialministerium beauftragt über Hilfsmöglichkeiten und Hilfsangebote bei psychischen Belastungen von Kindern/Jugendlichen und Familien zu informieren. Es wurden dazu zwei Faltblätter „Kann ich dir helfen?“ und „Muss ich immer alles im Griff haben?“ veröffentlicht, welche zum Download stehen unter: www.uniklinik-ulm.de/kinder-und-jugendpsychiatriepsychotherapie.de.

Glückspielsucht

Am 29.9.2022 findet der bundesweite Aktionstag gegen Glückspielsucht statt. Informationen zu dieser Thematik und weiterführende Links finden Sie hier: www.spass-statt-sucht.de.

Ausblick 2023: Multiplikatorenfortbildung „Resilienz“ in Friedrichshafen

Aufbauend auf den Ergebnissen der Resilienzforschung vermittelt die Fortbildung Theorien und Methoden zur Stärkung des Selbstwerts und „resilienter“ Verhaltensweisen bei Kindern zwischen 6 und 12 Jahren. Die resilienzförderliche Grundhaltung sowie die Erweiterung des pädagogischen Handlungsrepertoires in Bezug auf Maßnahmen zur Resilienzförderung stehen im Mittelpunkt des fünftägigen Seminars. Dieses Modul findet in Friedrichshafen statt am 8./9.05.2023, 6./7.07.2023 und am 18.09.2023. Mehr Informationen zu den Resilienz-Fortbildungen finden Sie hier www.agj-freiburg.de oder im Jahresprogramm Konflikt-Kultur [Jahresprogramm 2022-23.pdf \(konflikt-kultur.de\)](#).

Eine begrenzte Anzahl Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus dem Bodenseekreis kann bezuschusst werden (Förderer sind die AOK Bodensee-Oberschwaben und das Landratsamt Bodenseekreis). Die Förderung ist an ein nachhaltiges Konzept der Schule zur „Gewaltprävention“ bzw. „Seelische Gesundheit“ gekoppelt. Eine Ausschreibung für Teilnehmende aus dem Bodenseekreis folgt. Ansprechpartnerinnen sind Corinna Brändle, Kommunale Suchtbeauftragte und Christine Topcu, Gesundheitsförderung, Landratsamt Bodenseekreis. 076541 / 204 5291 oder 204 5836.