

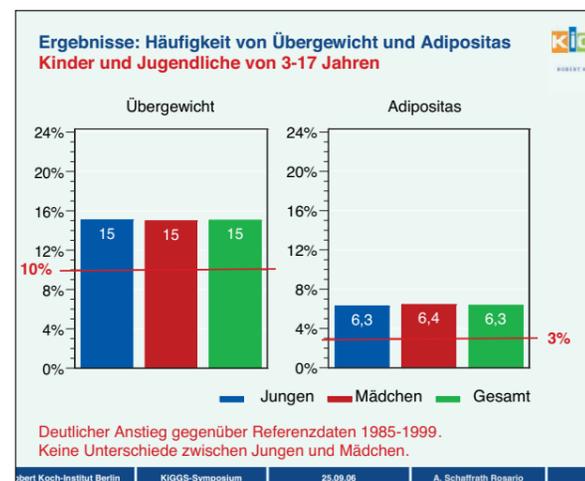
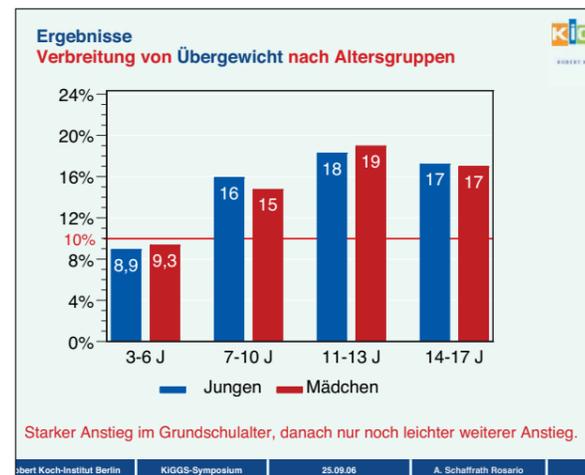
Wissenschaftliche Begleitung sichert Qualität

Spezialisten aus der Organisationsentwicklung und den Gesundheitswissenschaften haben in mehrjährigen Bundes- und Landesmodellprojekten die wissenschaftliche Basis für das Konzept Gesunde Schule erarbeitet. Auf dieser Grundlage fußen auch alle IKK-Angebote, die am Bedarf der jeweiligen Zielgruppe ausgerichtet werden.

Informationsquellen stehen Interessierten offen. Für den Kinder- und Jugendbereich bieten sich mehrere an:

Bundesweiter Überblick

Der vom Robert-Koch-Institut über drei Jahre hinweg erhobene Kinder- und Jugendgesundheitsurvey (KiGGS) (www.kiggs.de) bietet erstmals seit Ende 2006 repräsentative Daten zu Gesundheit und Gesundheitsverhalten. Diese Studie, in der fast



18.000 Mädchen und Jungen in 167 deutschen Städten und Gemeinden untersucht wurden, entstand im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit und des Bundesministeriums für Bildung und Forschung.

Daten zum Schulstart

Schulanfänger jedes Jahrgangs werden durch den öffentlichen Gesundheitsdienst der Länder und Kommunen auf ihre Gesundheit untersucht. Dabei werden Daten zu Grob- und Feinmotorik, Seh- und Hörvermögen, Impfstatus, Größe und Körpergewicht erhoben. Diese Statistiken werden in der Regel veröffentlicht und bieten wertvolle Informationen zum Gesundheitsgeschehen in der Region.

IKK-Analysen

Seit Jahren führt die IKK Brandenburg und Berlin eigene Analysen bei bestimmten Zielgruppen durch. Gemäß dem gesundheitsfördernden Ansatz werden dabei nicht nur Problembereiche identifiziert, sondern auch Ressourcen zur Beseitigung der gesundheitlichen Belastungen aufgespürt.

So wurden bereits mit der Studie »Gesunder Start ins Handwerk« Daten zum Gesundheitszustand von Auszubildenden im Handwerk erhoben. Eine weitere Studie ermittelte Ansatzpunkte für Veränderungen.

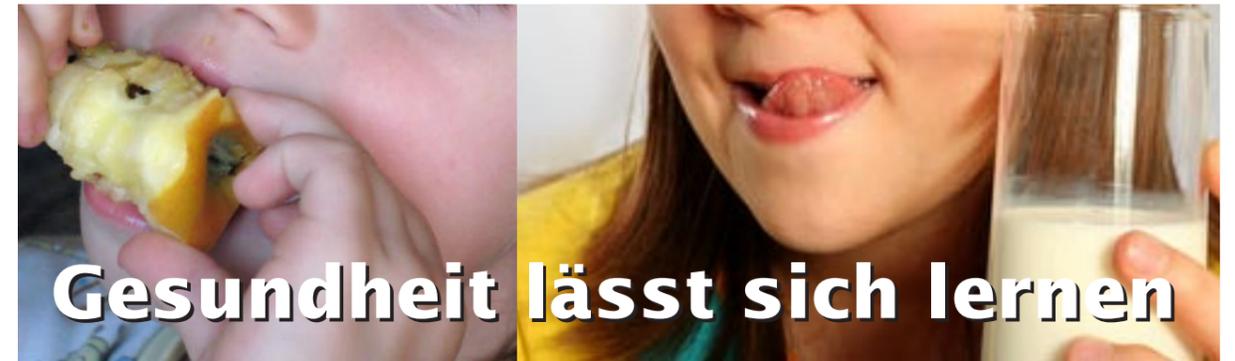
Einheitliche Dokumentation

Alle Projekte – auch die der IKK – werden nach einem einheitlichen, für die gesetzliche Krankenversicherung (GKV) verbindlichen und auf wissenschaftlichen Prinzipien beruhendem Muster dokumentiert. Sowohl der erreichte Personenkreis als auch die vorgeschlagenen Maßnahmen sind festgehalten. Die Wirkung von Gesundheitsförderangeboten wird vergleichbar. Die GKV-Dokumentationen erscheinen jährlich beim Medizinischen Dienst der Spitzenverbände der Krankenkassen e.V. (MDS) www.mds-ev.de

Weitere Informationen:
 IKK Brandenburg und Berlin
Iris Spitzner
 Gesundheitsmanagement
 Ziolkowskistraße 6, 14480 Potsdam
 Tel.: (03 31) 64 63-226
 Fax: (03 31) 64 63-358
 E-Mail: iris.spitzner@brandenburg-berlin.ikk.de
www.ikkbb.de

Stand: März 2007

ikk *impuls* für Schulen



Die Schule ist für Kinder und Jugendliche über einen langen Zeitraum hinweg ein wichtiger Teil ihrer Lebenswelt. Hier sollen sie als Grundlage für ein selbstbestimmtes Leben nicht nur Wissens- sondern auch Gesundheitsressourcen aufbauen. Trotz bereits vorhandener Risiken haben sich schädliche Verhaltensweisen noch nicht ausgeprägt oder verfestigt. Deshalb stehen die Chancen gut, Befähigungen zur gesunden Lebensführung zu erwerben. Erste Ergebnisse aus dem Audit »Gesunde Schule« zeigen, dass Schüler aus gesundheitsorientierten Schulen gute, ja sogar überdurchschnittliche Noten erreichen. In welcher Qualität die Schule ihren Bildungs- und Erziehungsauftrag erfüllt, hängt also nicht unwesentlich von den gesundheitlichen Bedingungen ab.

Die gesunde Schule ist das Zukunftsmodell.

Gewohnheit von Anfang an

Gesund zu leben, muss von Anfang an gelernt und zur Gewohnheit gemacht werden. Erhebungen zeigen die Dringlichkeit:

4,3 % der Brandenburger Schulanfänger sind bereits adipös, in Berlin 12 %. Der erstmals bundesweite repräsentative Überblick im Kinder- und Jugendgesundheitsurvey (KiGGS) 2006 weist Übergewichtigkeit bei 15 % der 3- bis 17-Jährigen aus und Adipositas bei 6,3 %.

Bis zum Alter von zehn Jahren spielen noch 77 % der

Kinder regelmäßig im Freien, gut die Hälfte treibt mindestens einmal in der Woche Sport. Der Trend zum Bewegungsmangel nimmt jedoch zu. Ernährung, Bewegung, Stress beeinflussen die kindliche Gesundheit nachhaltig – positiv wie negativ.

Schulen mit eigenem Gesundheitsprofil

In ihren Schulprogrammen können Bildungseinrichtungen den Schwerpunkt auf die Ausprägung eines eigenen Gesundheitsprofils legen. Aktivitäten seit Anfang der 90er Jahre zeigen, dass es möglich ist, dauerhaft gesundheitsförderliche Strukturen in den Schulen zu etablieren. Über die Schulkonferenz wirken Eltern und Schüler bei der Entwicklung eines solchen Schulprogrammes mit. Das Engagement der Lehrerinnen und Lehrer für gesundheitsfördernde Ideen wirkt beflügelnd. Deren Bereitschaft steht in engem Kontext zu ihren eigenen gesundheitlichen Belangen und deren Beachtung im schulischen Alltag.

IKK Konzept Gesunde Schule

Die Spitzenverbände der Krankenkassen plädieren für eine effiziente schulische Gesundheitspolitik, die Eltern und außerschulische Akteure wie Vereine, Gewerbetreibende, Behörden und Freizeiteinrichtungen einbezieht.

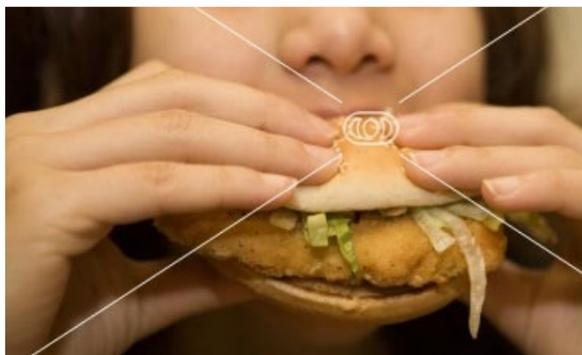
Als stark vor Ort engagierte Krankenkasse weitet die IKK Brandenburg und Berlin ihr Beratungs- und Betreuungsangebot mit dem Konzept Gesunde Schule aus.

IKK Impulse für die Gesunde Schule

Die IKK moderiert Veränderungsprozesse

Was in Unternehmen Schule machte, passt auch für die Schule. Die erfolgreiche IKKimpuls-Werkstatt wurde für Schulen modifiziert. Ziel sind organisatorische Veränderungen, um Gesundheit dauerhaft im schulischen Alltag zu verankern.

Die Erfahrungen zeigen: Isolierte Bewegungs- und Gesundheitsaktionen der Krankenkassen erzeugen keine langfristigen Effekte. Deshalb moderiert die IKK Veränderungsprozesse. Alle Beteiligten wie Schulträger, Lehrerinnen und Lehrer, Eltern, Schülerinnen und Schüler, Hausmeister und Akteure aus dem Umfeld werden darin aktiv eingebunden.



Lebenswelt Gesunde Schule

Projektbasis: Schwerpunkte ausloten

Zur Orientierung auf das Projekt Gesunde Schule dient ein Vorgespräch der IKK-Fachleute mit Schulleitung und interessierten Lehrerinnen und Lehrern. Hier wird das Konzept erläutert und die Intention der Schule erfragt. Abhängig von den Bedingungen in der Schule und dem sozialen Umfeld werden mögliche Projektschwerpunkte und Partner aus der Elternschaft oder vom Schulträger ausgelotet.

Dieses Vorgespräch ist unverbindlich, doch zur Zielfindung notwendig.

Projektgerüst: Steuerkreis bilden

Ist das Ziel umrissen, bildet sich ein dauerhaft arbeitender Steuerkreis, der den Prozess koordiniert und überwacht. Diesem sollten Vertreterinnen und Vertreter aller Interessengruppen wie Schulleitung, Lehrerschaft, Klassen und Elterngremien, vom Schulträger, der Schulaufsicht und weiteren Akteuren – beispielsweise der Unfallkasse – angehören.

Erster Baustein: Ist-Zustand analysieren

In einer Auftaktsitzung des Steuerkreises werden vorhandene Erfahrungen und Aktivitäten im Bereich Gesundheit zusammengetragen und Wünsche thematisiert.

Eine schriftliche Befragung der Mitwirkenden im Steuerkreis und einzelner schulischer Gruppen bewertet die Ausgangssituation. Gefragt wird nach Schulklima und Arbeitsumgebung, nach Ernährungsgewohnheiten, Bewegungsmöglichkeiten, Stressfaktoren, dem persönlichen Belastungsempfinden und eigenem Gesundheitsverhalten.

Eine Besichtigung des Schulgebäudes und -geländes ergänzt die Analyse des Ist-Zustands der »Lebenswelt Schule«.

Zweiter Baustein: Projektplan entwickeln

Vier von der IKK moderierte Zirkelsitzungen des Steuerkreises Gesundheit sind vorkonzipiert. In jeweils 90 bis 120 Minuten werden Analyseergebnisse ausgewertet, gesundheitliche Probleme eingekreist und erste Ideen zusammengetragen.

Aus dem erkannten Veränderungsbedarf in der Schule wird ein Projektplan für zwei bis drei Jahre entwickelt. Der sollte die institutionellen Gesundheitsstrategien begründen und in Projektteilpläne aufgegliederte Themen wählen.

Wie erfolgreiche Modellprojekte zeigen, liegen Schwerpunkte in gesunder Ernährung, mehr Bewegung, Stressbewältigung und dem Umgang mit Konflikten. Kreative Lösungen sind gefragt.

So sollten gesundheitsorientierte Themen unbedingt eng mit dem Unterricht in verschiedenen Fächern verbunden werden. Die Pausenverpflegung geht vom Snack hin zu vitaminreicher Kost. Für mehr Bewegung werden Arbeitsgemeinschaften gegründet und Pausenhöfe umgestaltet. Schülerinnen und Schüler sorgen als Schulhofaufsicht selbst für aggressions-



freies Pausenklima und gegenseitige Akzeptanz. Zur Stressbewältigung kann ein Raum der Stille eingerichtet werden. Auch Hilfe bei Mobbing, Einrichten einer Mobbingberatung und verbesserte Kommunikationsstrukturen gehören zur Gesunden Schule.

Dritter Baustein: Ergebnisse festhalten

Im Report werden alle Analyseergebnisse von der IKK übersichtlich zusammengefasst. Der fertige Projektplan mit allen Maßnahmen liegt vor. Er kann zur Einbeziehung weiterer Partner und zur Sponsorenwerbung dienen. Ein Abschlussbericht hält die getroffenen Vereinbarungen, Veränderungen und die erzielten Ergebnisse fest.

Er dient auch als Grundlage für die permanente Weiterarbeit am Thema Gesunde Schule.



Agenda: Gesundheitskonzepte verankern

Da durch das IKK-Konzept Gesunde Schule eine verlässliche Struktur entsteht, kann darauf problemlos aufgebaut werden. Selbst erarbeitete Gesundheitskonzepte werden weitergeführt und im Schulprofil facettenreich verankert.

Lehrerinnen und Lehrer werden Multiplikatoren, indem sie bei ihrer eigenen Gesundheit beginnen. Ältere und jüngere Schülerinnen und Schüler wissen, wo der Schuh drückt und verwirklichen sinnvolle und praktikable Ideen. Kenntnisse und Engagement werden über den Steuerkreis vermittelt. Positive Veränderungen im Bewegungs- und Ernährungsverhalten strahlen aus.

Haben Betroffene das Projekt Gesunde Schule als gut verinnerlicht, finden sie eigene Lösungen und setzen diese um. Mitstreiter aus dem Umfeld engagieren sich. Sponsoren helfen. Die IKK steht mit gesundheitlichem Rat zur Seite.