

NEWSLETTER

Ausgabe 2/2024



SERVICE STELLE
**GESUNDE
SCHULE**



Abb.: © XX XX / stock.adobe.com

SCHULPSYCHOLOGIE IM FOKUS: WAS BEDEUTET VERHALTENS AUFFÄLLIG WIRKLICH?

In den Medien häufen sich Berichte über die Zunahme von verhaltensauffälligen Kindern und auch die amtlichen Statistiken scheinen diese Entwicklung zu bestätigen. So wird aus dem gesamten DACH-Raum über die Zunahme von Gewalt an Schulen berichtet. In Österreich kommt es immer häufiger zu Schulausschlüssen, selbst an Volksschulen. Die Beratungsstelle **Rat auf Draht** verzeichnet einen enormen Anstieg bei Schulverweiger:innen und überforderten Eltern. „Die Kinder heute sind einfach anders“, berichtet eine Pädagogin. Doch diese Meinung teilen nicht alle Expert:innen. Der Bildungsforscher Dennis Hövel etwa sagt, dass sich an der Anzahl verhaltensauffälliger Kinder seit 70 Jahren nichts geändert habe. Was ist also dran an der Debatte und was ist überhaupt mit „verhaltensauffälligen Kindern“ gemeint?

Fortsetzung auf Seite 2 →

Medieninhaber & Herausgeber:

Dachverband der
Sozialversicherungsträger
Kundmanngasse 21, 1030 Wien
www.sozialversicherung.at

Inhaltliche Verantwortung:

Versicherungsanstalt öffentlich
Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau
Josefstädter Straße 80, 1080 Wien
Tel.: +43 5 0405-0
postoffice@buaeb.at

Österreichische Gesundheitskasse
Wienerbergstraße 15-19, 1100 Wien
Tel.: +43 5 0766-0

Allgemeine Unfallversicherungsanstalt
Wienerbergstraße 11, 1100 Wien
Tel.: +43 5 93 93-20000
+43 5 93 93-20606
kontakt@auva.at

Sozialversicherungsanstalt der
Selbständigen
Wiedner Hauptstraße 84-86, 1051 Wien
Tel.: +43 50 808 808

Grafik: BRANDMARC

WAS BEDEUTET VERHALTENS- TENS AUFFÄLLIG WIRKLICH?

Welche Störungsbilder sind bekannt?

Zunächst lohnt sich ein Blick in die klinische Psychologie, die sehr genau definiert, ab wann ein Kind als „auffällig“ gilt und diagnostiziert werden darf. Eine reine Beobachtung durch Lehrpersonen oder Eltern ist hierfür nämlich nicht ausreichend. So klassifiziert unter anderem das standardisierte Manual ICD-10 alle bekannten psychischen und neurologischen Störungen mit einem Code, wobei wir uns derzeit in einer Übergangsphase zur Neuauflage (ICD-11) befinden, die relevante Änderungen und Überarbeitungen verschiedenster Störungsbilder enthält. Die „Verhaltens- und emotionalen Störungen mit Beginn in der Kindheit und Jugend“ des ICD-10 mit den Codes F90-F98 sind hier in der aktuellen Diskussion besonders relevant. So beschreibt die „Störung des Sozialverhaltens“ (F91.-) „ein sich wiederholendes und anhaltendes Muster dissozialen, aggressiven und aufsässigen Verhaltens“. Auch emotionale Störungen (F93.-) und Störungen sozialer Funktionen (F94.-) sind, neben vielen anderen, im ICD-10 definiert. „Entwicklungsstörungen“ finden sich unter den Codes F80-F89. Dazu gehört unter anderem das Autismus-Spektrum (F84.-), welches sich durch Herausforderungen in der sozialen Interaktion und Kommunikation sowie durch eine spezifische Reiz- und Informationswahrnehmung und -verarbeitung auszeichnet. Im Sinne der Neurodiversität ist das autistische Spektrum ein Teil der natürlichen Vielfalt menschlicher Gehirne und deren individuellen Funktionsweisen. Diese Diversität beinhaltet jedoch nicht nur das Autismus-Spektrum, sondern auch Aufmerksamkeitsstörungen (F90.-), wie z.B. ADHS, sowie Teilleistungsstörungen, etwa die Lese-Rechtschreibstörung und Rechenstörung. Entgegen der allgemeinen Annahme zeichnet sich ADHS nicht durch ein grundsätzliches Defizit in der Aufmerksamkeit, sondern durch Schwierigkeiten in der willentlichen Steuerung dieser sowie durch ein erhöhtes Bedürfnis nach Bewegung und/oder impulsive Verhaltensweisen aus.

Nehmen Verhaltensauffälligkeiten tatsächlich zu?

Internationale Studien weisen darauf hin, dass psychische Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen insgesamt häufiger werden. Allerdings scheint es sich

dabei um einen eher neuen Trend zu handeln. Bis etwa zum Jahr 2015 waren die Erkrankungszahlen (die sogenannten „Prävalenzen“) über alle Störungsbilder hinweg relativ konstant. Für einige Störungsbilder hat sich dies im letzten Jahrzehnt leider geändert.



Abb.: © francescoridolfi.com / stock.adobe.com

Besonders deutlich ist der Anstieg bei Depressionen, Angst- und Essstörungen, aber auch emotionale und Verhaltensstörungen sind anscheinend häufiger geworden. So stieg der Anteil der Jugendlichen mit Verhaltensauffälligkeiten während der Corona-Pandemie in Deutschland von 13 auf 18 Prozent, emotionale Probleme stiegen sogar von 16 auf 25 Prozent und Hyperaktivität hatte einen Zuwachs von 13 auf 20 Prozent. Auch bei Schulanfänger:innen stieg der Anteil an psychischen Auffälligkeiten von 5,5 Prozent im Jahr 2018 auf 8 Prozent im Jahr 2022. Inwieweit diese teilweise pandemiebedingten Anstiege in den kommenden Jahren wieder zurückgehen, bleibt abzuwarten. Ein Sonderfall ist die Entwicklung bei Autismus- und ADHS-Diagnosen: Dass die Zahlen seit mehreren Jahrzehnten steigen, ist vor allem auf Veränderungen in der Diagnosestellung und ein gestiegenes Bewusstsein für diese klinischen Erscheinungsbilder zurückzuführen. Dies spiegelt sich auch in

WAS BEDEUTET VERHALTENS- TENS AUFFÄLLIG WIRKLICH?



den überarbeiteten diagnostischen Kriterien im ICD-11 wider, welche ein zugleich breiteres, aber auch differenzierteres Instrument darstellen, sodass es zu häufigeren Diagnosestellungen und weniger Fehldiagnosen kommt. Hinzu kommt eine wachsende Bewusstheit für vorhandene Geschlechterunterschiede. Während in der Vergangenheit Diagnosekriterien insbesondere an „Verhaltensauffälligkeiten“ von Jungen und Männern orientiert waren, rückt heute zunehmend mehr das weibliche Erscheinungsbild in den Vordergrund. Beispielsweise zeigt sich bei Mädchen eine stärkere Neigung zu sozial angepasstem und dadurch weniger offensichtlich „auffälligem“ Verhalten, was einen deutlichen Einfluss auf die Symptomatik und wie sich diese zeigt, haben kann. Viele Forschende vermuten, dass auch unter Berücksichtigung dieser Faktoren ein Rest an „echtem“ Anstieg der Prävalenz verbleibt, wobei bislang jedoch unklar ist, worauf dieser zurückzuführen ist. Auch bei Aufmerksamkeitsstörungen, wie z.B. ADHS, besteht derzeit kein Konsens, ob ein (echter) Anstieg zu verzeichnen ist oder nicht.



Abb.: © PeopleImages.com / stock.adobe.com

Wie werden Störungen diagnostiziert?

Klinische Psycholog:innen, Ärzt:innen und Therapeut:innen stützen sich bei der Diagnostik nicht allein auf diagnostische Klassifikationssysteme wie das ICD-10 bzw. ICD-11. Vielmehr führen sie mit den Kindern, ihren Eltern bzw. Erziehungsberechtigten sowie den Pädagog:innen ausführliche Gespräche und ergänzen diese durch eigene Beobachtungen und standardisierte Verfahren (z.B. Intelligenztest, Fragebögen), um zu einer fachlichen Einschätzung zu gelangen. Die Forschung zeigt, dass bei einem solchen Vorgehen deutlich weniger Kinder als „auffällig“ eingestuft werden als bei einfacheren Schnelluntersuchungen oder Befragungen der Eltern. Insbesondere beim Autismus-Spektrum, aber auch bei ADHS (v.a. bei Mädchen), ist das Stellen einer Diagnose selbst für Expert:innen nicht leicht, da es viel klinische Erfahrung benötigt, um das beobachtete Verhalten korrekt zu klassifizieren. Nicht zuletzt aus diesem Grund kann der Weg bis zur Diagnose ein langer sein.

Wie kann ich erkennen, ob ein Kind auffällig ist?

Auch wenn Pädagog:innen und manche Eltern viel Erfahrung im Umgang mit Kindern haben, fehlt ihnen in der Regel die klinische Expertise, um Verhaltensauffälligkeiten sicher einzuordnen. Vorschnelle Einschätzungen können problematisch sein, z.B. weil Eltern oder Pädagog:innen sich dem Kind gegenüber möglicherweise unbewusst anders verhalten oder weil das Kind Gespräche zwischen den Erwachsenen über dieses Thema mitbekommt. Deshalb ist es sehr wichtig, dass bei einem Verdacht möglichst rasch eine Klinische Psychologin/ein Klinischer Psychologe oder eine Ärztin/ein Arzt mit einschlägiger Expertise aufgesucht wird, die oder der eine verlässliche Diagnose stellen kann.

Auch wenn einheitliche Diagnosekriterien existieren, ist die Ausprägung der jeweiligen Symptome von Kind zu Kind unterschiedlich, wodurch es nicht immer einfach ist, entsprechende „Auffälligkeiten“ zu erkennen und an passende Fachpersonen zu verweisen. Was sich jedoch bei autistischen Kindern und Kindern mit ADHS beobachten lässt, sind neuropsychologische Besonderheiten. Diese beinhalten unter anderem eine verringerte Frustrationstoleranz, Schwierigkeiten im

WAS BEDEUTET VERHALTENS- AUFFÄLLIG WIRKLICH?



Umgang mit Emotionen (z.B. Wut), in der Aufmerksamkeit, im Planen und Organisieren (z.B. Schulhefte organisieren, Hausübungen zeitgerecht abgeben) sowie ein erhöhtes Stress- und Angsterleben, welches vor allem auf eine andere Reiz- und Informationswahrnehmung und -verarbeitung zurückzuführen ist. Aufgrund der Vielfältigkeit und Komplexität von „Entwicklungsstörungen“ lohnt es sich in jedem Fall, den eigenen Blick in themenspezifischen Fortbildungen zu schulen sowie sich mittels Fachliteratur weiteres Wissen anzueignen.

Warum ist es wichtig, zu erkennen, ob ein Kind auffällig ist?

Obwohl Diagnosen bis heute häufig mit einem Stigma verbunden sind, sind sie die Voraussetzung für ein verbessertes Verständnis der Kinder, ihrer Eltern und Pädagog:innen. Zudem benötigt es diese, um Anpassungen im häuslichen, professionellen, aber auch im schulischen Kontext umzusetzen, was langfristig zu einer Verringerung von Folgeerkrankungen führt, wie beispielsweise Angststörungen und Depressionen, welche aus einer vorliegenden Belastung resultieren können. Neben dem sonderpädagogischen Förderbedarf ist eine weniger bekannte, aber oft besonders unterstützende Maßnahme in der Schule der Nachteilsausgleich. Dieser agiert als ein „kompensierendes Instrument“, indem Schüler:innen durch gezielte Hilfestellungen und Adaptation des Umfelds die Möglichkeit auf Chancengleichheit im Bildungskontext geboten wird. Dabei sollen Maßnahmen individuell gesetzt werden, sodass vorliegende Stärken



Abb.: © drazen zigic / stock.adobe.com

gefördert und Schwächen kompensiert werden können. Hier ist eine interdisziplinäre Zusammenarbeit zwischen der Klinischen Psychologie, den Familien und den Pädagog:innen notwendig. Der Nachteilsausgleich bezieht sich insbesondere auf äußere Rahmenbedingungen und beinhaltet zeitliche (z.B. Verlängerung von Vorbereitungs-, Pausen- und Arbeitszeiten), räumliche (z.B. ablenkungsarme/geräuscharme Umgebung), personelle (z.B. Fachassistenz) und technische (z.B. Lesegerät, Laptop als Schreibhilfe) Maßnahmen sowie die stärkere Gewichtung der nicht benachteiligten Bereiche (z.B. schriftliche vs. mündliche Leistungen). Zusammenfassend ist festzuhalten, dass eine passende Diagnosestellung sowie mehr Wissen und Verständnis über „Entwicklungsstörungen“ nicht nur den betroffenen Kindern, sondern auch den Eltern und Pädagog:innen dabei helfen, einen positiven Umgang mit Herausforderungen im häuslichen und schulischen Kontext zu erlangen.

Autorinnen

Dr.ⁱⁿ Christina Breil, MSc
Institut für Gesundheitsförderung und Prävention

Dr.ⁱⁿ Clarissa Zillner, MSc MA
Klinische Psychologin
Wahlpsychologin

Franziska Höttl, MSc
Klinische Psychologin
(Klinische Neuropsychologie)

GESUNDER ARBEITSPLATZ SCHULE

Die **Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau (BVAEB)** engagiert sich mit zahlreichen Angeboten für die Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz Schule. Dabei unterstützt sie Bildungseinrichtungen aller Schultypen in ganz Österreich (mit Ausnahme von Oberösterreich, wo nur Bundesschulen betreut werden) auf ihrem Weg zu einem gesunden Arbeitsumfeld. Ziel ist es, die Gesundheit von Schulleitungen, Lehrkräften und nicht-unterrichtendem Personal nachhaltig zu stärken und gesunde Rahmenbedingungen zu schaffen.

BVAEB-Gütesiegel: Immer mehr ausgezeichnete „Gesunde Arbeitsplätze Schule“!

Im Rahmen der BVAEB-Goldpartnerschaft haben langfristig von der BVAEB begleitete Schulen die Möglichkeit einer Auszeichnung mit dem BVAEB-Gütesiegel „Gesunder Arbeitsplatz Schule“. Dieses ist nicht nur ein sichtbares Qualitätsmerkmal, sondern auch ein Zeichen für die nachhaltige Integration von Maßnahmen zur Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz. Schulen, die dieses Gütesiegel tragen, haben erfolgreich gezeigt, dass sie sich aktiv für das Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit aller Mitarbeiter:innen einsetzen.



Die Vorteile des Gütesiegels

Ausgezeichnete Schulen werden für ihre Bemühungen und Erfolge belohnt. Sie erhalten eine Plakette, eine Urkunde und eine finanzielle Honorierung – und das alles im Rahmen einer feierlichen Verleihung. Diese Anerkennungen sind nicht nur eine Wertschätzung für die geleistete Arbeit, sondern auch ein Ansporn, weiterhin auf Gesundheit und Wohlbefinden am Arbeitsplatz Schule zu setzen.

Der Weg zum Gütesiegel

Das BVAEB-Gütesiegel wird jeweils für zwei Jahre verliehen. Um es zu erhalten, müssen Schulen einen Antrag einreichen, der vom Gesundheitsteam der Schule

ausgefüllt wird. Dieser Prozess fördert die Zusammenarbeit innerhalb des Schulteams und stellt sicher, dass alle Aspekte der Gesundheitsförderung berücksichtigt werden.

Danach kommt es zu einer umfassenden Bewertung für höchste Qualität: Der Antrag wird zunächst von der BVAEB-Projektbetreuung erstbegutachtet. Im nächsten Schritt erfolgt eine externe Bewertung durch das Karl Landsteiner Institut für Gesundheitsförderungsforschung und die Entscheidung, ob ein Gütesiegel zuerkannt wird.

Erfolgsgeschichten: Schulen mit dem BVAEB-Gütesiegel „Gesunder Arbeitsplatz Schule“

Seit 2023 konnten Schulen in den Bundesländern Vorarlberg, Wien, Niederösterreich, Oberösterreich und Kärnten ausgezeichnet werden – und weitere sind am Weg: Für die nächste Gütesiegelperiode 2025–2026 gibt es österreichweit schon zahlreiche Anwärter:innen.



Abb.: © Josef Schirmer & BVAEB

Wollen auch Sie ein Vorbild für Gesundheit und Wohlbefinden am Arbeitsplatz Schule werden?

Informieren Sie sich unter www.bvaeb.at/gesundheitsfoerderung oder kontaktieren Sie Ihre zuständige BVAEB-Landesstelle – die Kontaktdaten finden Sie auf der letzten Seite dieses Newsletters.

SCHULISCHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG – WIR SIND KLASSE!



Abb.: © Daisy Daisy – stockadobe.com

Wir begleiten Sie auf dem Weg zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden.

Geht es um Gesundheit in der Schule, sind die „Service Stelle gesunde Schule“ der Österreichischen Gesundheitskasse für Sie da. Die ÖGK unterstützt Sie dabei, ganzheitliche und nachhaltige Maßnahmen umzusetzen und in den Schulalltag zu integrieren. Unser gemeinsames Ziel: Ihre Schule soll eine gesunde werden und auch bleiben.

Unser Leistungspaket:

- Dreijährige Projektbegleitung direkt an der Schule
- Finanzielle Unterstützung für die Umsetzung von Maßnahmen im Rahmen der Projektbegleitung
- Kostenfreie Angebote zu unterschiedlichen Gesundheitsthemen
- Kostenfreie Informationsmaterialien (www.gesundheitskasse.at/schule)
- Abschlusszertifikat als sichtbares Zeichen nach außen
- Nachhaltigkeitsangebote
- Vernetzung mit unseren Projektschulen

Gerne informieren wir Sie in einem persönlichen Gespräch über unsere Angebote. Bei Fragen und für weitere Informationen kontaktieren Sie das Team der Service Stellen gesunde Schule der Österreichischen Gesundheitskasse unter schule@oegk.at Weitere Informationen finden Sie unter: www.gesundheitskasse.at/schule



PROJEKT „SCHULE BEWEGT GESTALTEN“ – ÖSTERREICHWEIT EINHEITLICH

Seit 2012 gibt es in Österreich das Projekt „Schule bewegt gestalten“. Dabei wird u.a. „mehr Bewegung“ in die Schule gebracht und das Thema Bewegung nachhaltig im Setting verankert. Das Projekt wurde bisher



regional unterschiedlich angeboten und nun österreichweit vereinheitlicht. Interessierte Partnerschulen der ÖGK können das Projekt mit folgenden Bewegungsmodulen in Anspruch nehmen:

Modul 1: Schule bewegt gestalten – bewegungsfreundliche Begehung und Beratung

Schulraumbegehung und Maßnahmensammlung, 4 Unterrichtseinheiten

Modul 2: Lehrpersonen-Workshops in Theorie und Praxis

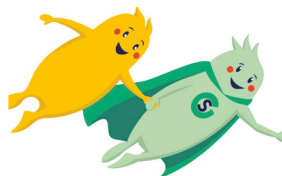
Schulung zur gesundheitsförderlichen Bewegung, Maßnahmenentwicklung und praktische Übungen, 6 Unterrichtseinheiten

Modul 3: Follow-Up (+ Bewegungsworkshop)

Nachhaltigkeitsprüfung, Rückschau und Bewegungsworkshop nach Wahl, 5 Unterrichtseinheiten

PROJEKT FÜR VOLKSSCHULEN: PSYCHISCH STARKE KIDS

Freude, Angst, Trauer: Wie Kinder ihre Gefühle richtig einordnen und darauf reagieren können, zeigt ein Programm der ÖGK zur psychischen Gesundheit von Volksschulkindern. Die Figuren „Menti“ und „Super-Menti“ nehmen die Kids mit auf eine Reise ins Land der Emotionen.



Expert:innen entwickelten Handbücher, Unterlagen für Eltern, Webinare für Lehrkräfte sowie ein Arbeitsbuch für die Kinder – leicht verständlich und unterhaltsam illustriert.

Denn ein guter Umgang mit Emotionen unterstützt Kinder beim gesunden Aufwachsen – in der Schule, in der Freizeit und im Familienalltag.

Mehr als 1.000 Volksschulen in ganz Österreich nutzen bereits „Menti“ und „Super-Menti“ im Unterricht. Für Lehrkräfte bietet die ÖGK Webinare an.

Alle Infos, Termine sowie eine Bestellmöglichkeit bzw. Download der Materialien gibt es unter www.gesundheitskasse.at/menti

„MEINE GESUNDHEIT“ IM GRATISABO

Spannende Artikel rund um Gesundheitsförderung und Prävention, News aus der Österreichischen Gesundheitskasse (ÖGK), interessante Gespräche mit Expertinnen und Experten, Mitmach-Aktionen und vieles mehr: Auch Sie können die Zeitschrift „Meine Gesundheit“ gratis abonnieren.

Das neue Magazin der ÖGK vermittelt auf 32 Seiten Know-how in Sachen Gesundheit, animiert zu einem gesunden Leben und trägt so unmittelbar zur Steigerung der Gesundheitskompetenz bei. „Meine Gesundheit“ erscheint vier Mal jährlich. Jedes Heft widmet sich einem Schwerpunkt. Nach Bewegung und Ernährung steht in der aktuellen Ausgabe das Thema „Vorsorge“ im Mittelpunkt.

Unkomplizierte Bestellung

Bestellungen sind online unter www.meinegesundheit.at/newsletter möglich

PÄDAGOG:INNEN UND IHRE KRAFTQUELLEN: EIN BLICK AUS SICHT DER GESUNDHEITSPSYCHOLOGIE

Autorin: **Mag. Iris Lackner**, Psychologin der ÖGK

Pädagog:innen spielen eine entscheidende Rolle bei der Entwicklung und Ausbildung von Kindern und Jugendlichen. Ihre Arbeit ist oft herausfordernd und kann manchmal auch emotional belastend sein. Daher ist es wichtig, die jeweils individuellen Kraftquellen zu erkennen und regelmäßig zu aktivieren. Persönliche Ressourcen können helfen, schwierige Aufgaben im Schulalltag rasch wieder mit Engagement und Freude zu erfüllen.

Eine bedeutsame Kraftquelle ist die **soziale Unterstützung**. Der Austausch mit Kolleg:innen, Vorgesetzten und Eltern kann nicht nur den beruflichen Alltag erleichtern, sondern auch das Gefühl der Zugehörigkeit und des Verständnisses stärken. Regelmäßige Teammeetings, kollegiale Unterstützung und eventuell auch Supervision bieten Raum für Reflexion und eine Chance auf Veränderung.

Das **gemeinsame** Bearbeiten und Lösen von Problemen fördert das Wohlbefinden der Pädagog:innen.

Enorm wichtig ist das **Grenzen setzen und bewahren**:

Erstens: **Sich persönlich abgrenzen** gegenüber den Launen und Befindlichkeiten von anderen und auch einmal „nein“ sagen.

Zweitens: **Kommunikationsgrenzen** setzen – nicht rund um die Uhr erreichbar sein – neue Zeiten für die Arbeit und für die Erholung genau festlegen und dann auch einhalten.

Auch die **Sinnhaftigkeit** der Arbeit spielt eine große Rolle. Wenn Pädagog:innen die positiven Auswirkungen ihrer Arbeit auf die Entwicklung der Schüler:innen erleben, stärkt dies die Motivation und Zufriedenheit.

Das Gefühl, einen wertvollen Beitrag zu leisten, kann so als starke innere Kraftquelle fungieren. Hier sollte uns bewusst sein, dass der Erfolg von pädagogischer Arbeit teilweise nicht direkt zu sehen ist, da er sich meist erst langfristig im Laufe des Lebens zeigt.

Ein weiterer wichtiger Aspekt ist die **Selbstfürsorge**. Pädagog:innen dürfen und sollen sich bewusst Zeit für sich selbst nehmen, ihre eigenen Bedürfnisse erspüren und auch (wieder) erfüllen. Aktivitäten wie Bewegung (Sport), Entspannung (Meditation) oder Kreativität (Kunst, Hobbys) können helfen, Stress abzubauen und die eigene Resilienz zu stärken. Im Sinne von: „Nur wer zuerst sich selber stärkt, kann auch andere stärken“ gibt es die „Momente für mich“-Angebote der ÖGK, die mit Ratgeber, Tagebuch und diversen Infobroschüren, Videos und Tipps hilfreich zur Seite stehen.

Diese wertvollen „**Momente für mich**“-Materialien und weitere ÖGK-Angebote (u.a. Webinare) zur psychosozialen Gesundheit finden Sie kostenfrei unter www.gesundheitskasse.at/mentalgesund

PAUSE: Im Folder „Powerpausen“ finden Sie wirksame Pausenstrategien zur Stressbewältigung. Probieren Sie die Tipps und Übungen aus und versuchen Sie, ein bis zwei Übungen in Ihre tägliche Routine zu integrieren.



Abb.: © ÖGK-Folder „Powerpausen“

PROZESSBEGLEITUNG: GESUNDE SCHULE

Die SVS begleitet land- und forstwirtschaftliche Fach- und Berufsschulen sowie höhere landwirtschaftliche Bundeslehranstalten auf dem Weg zur „Gesunden Schule“. Durch gezielte Maßnahmen soll ein gesundheitsförderliches Umfeld mit ausreichend Bewegung, gesunder Ernährung, psychosozialer Gesundheit und Suchtprävention geschaffen werden.

Die SVS betreut die Schulen während eines mehrjährigen Schulentwicklungsprozesses nach einem standardisierten, qualitätsgesicherten Vorgehen basierend auf dem „Public Health Action Cycle“. Dabei übernimmt die SVS die Prozessbegleitung als auch -beratung und unterstützt die Schulen bei der Umsetzung sowie Evaluierung der Maßnahmen. Im Sinne der Nachhaltigkeit kann die SVS auch nach Ende der Projektphase weiter unterstützen.

AKTIONSTAGE/KICK-OFF- VERANSTALTUNGEN

Ebenso begleitet die SVS landwirtschaftliche Schulen bei der Organisation und z.T. bei der Durchführung von Aktionstagen bzw. Kick-off-Veranstaltungen. Bei diesen Veranstaltungen werden interaktive Stationen bzw. Workshops vorbereitet, um Gesundheits- sowie Sicherheitsthemen zu vermitteln und erfahrbar zu machen, z.B.:

- **Bewegung:** Koordinations-, Stabilitäts- und Reaktionstraining (z.B. mittels MFT-Challenge Disk), Balance-Training auf der Slackline, Körperchecks (BIA-Messung, S3 Checks), „Gesunde Wirbelsäule“, Selbstverteidigung, ...
- **Ernährung:** „Check your Drink“-Station (Zucker- und Koffeingehalt von Softdrinks, Alkopops und Energydrinks), „Gesundes Snacken“, Kochworkshops, ...
- **Suchtprävention:** Suchtcompetenz, Einsatz von Rauchbrille und Smokealizer (CO-Messung der Atemluft), ...

- **Psychosoziale Gesundheit:** Entspannungsübungen, Stressmanagement, „Gesundes Selbstbild“, Vorstellung von Teambuilding-Maßnahmen, ...
- **Arbeitssicherheit:** Sonnenschutz, Erste Hilfe, Lärm-Messungen, ...

NEU: GESUNDHEITSKOM- PETENZ-TRAINING!

Das neue Angebot „Gesundheitskompetenz-Coaching“ wurde im Frühjahr 2024 erstmalig im Rahmen von zwei Unterrichtseinheiten im Agrarbildungszentrum Salzkammergut durchgeführt. Die Klassen konnten im Vorfeld einen Vertiefungsschwerpunkt auswählen, z.B. Bewertung von Gesundheits-Apps, Gesundheitsinformationen im Internet, Vorbereitung auf ein Gespräch mit einer Person im ärztlichen Dienst sowie die richtige Einnahme von Medikamenten.

ARBEITSSICHERHEIT

Neben der Gesundheitsförderung bietet die SVS auch kostenlose Vorträge und Workshops zum Thema Arbeitssicherheit an und vermittelt Schüler:innen dabei die Grundlagen für ein gesundes und sicheres Arbeiten.

KINDERSICHERHEIT AM BAUERNHOF



Abb.: © Africa Studio - stock.adobe.com

Zusätzlich wird in ländlichen Volksschulen das wichtige Thema „Kindersicherheit am Bauernhof“ in Form von interaktiven Workshops behandelt, um Kindern den Umgang mit Gefahrenquellen spielerisch näherzubringen.

AUSZUG “GESUNDE ENTSCHEIDUNGEN TREFFEN”

Handbuch Safer Internet in der Volksschule

3. Auflage, 48 Seiten



Einführung		
1	Suchen und Finden im Internet <i>Übung 1: Ein Referat vorbereiten</i>	8 9
2	Urheberrecht <i>Übung 2: Sticker-Tauschbörse</i>	10 11
3	Meine Spuren im Netz <i>Übung 3: Das gehört nicht online</i>	12 13
4	Kettenbriefe – Alles Lüge! <i>Übung 4: Kettenbrief-Check</i>	14 15
5	Umgang miteinander – Verhaltensregeln in der Klasse und im Online-Raum <i>Übung 5: Gute Regeln für WhatsApp</i>	16 17
6	Andere fertigmachen – Cyber-Mobbing <i>Übung 6: Die gedissste YouTuberin</i>	18 19
7	Computerspiele <i>Übung 7: Unser Lieblings-Computerspiel erklärt</i>	20 21
8	Wenn es zu viel wird – Exzessive Internet-/Spielesnutzung <i>Übung 8: Meine eigenen Grenzen erkennen</i>	22 23
9	Mein Körperbild <i>Übung 9: Ich bin schön! Muss ich schön sein?</i>	24 25
10	Online-Werbung <i>Übung 10: Wo ist die Werbung?</i>	26 27
11	„Nichts für Kinder!“ – Gewalt und Pornografie <i>Übung 11: Was ich im Internet nicht sehen will</i>	28 29
12	Online-„Freunde“ – Gefahr durch Cyber-Grooming <i>Übung 12: So ein Blödsinn!</i>	30 31
13	Vernetzte Alltagsgegenstände – wenn das Internet keinen Bildschirm braucht <i>Übung 13: Was ist online?</i>	32 33
	<i>Übungsblatt „Sticker-Sammelalbum“ zu Übung 2: „Sticker-Tauschbörse?“</i>	34
	<i>Übungsblatt „Daten-Tabelle“ zu Übung 3: „Das gehört nicht online“</i>	35
	<i>Übungsblatt „Regeln für WhatsApp“ zu Übung 5: „Gute Regeln für WhatsApp“</i>	36
	<i>Übungsblatt „Cyber-Mobbing“ zu Übung 6: „Die gedissste YouTuberin“</i>	37
	<i>Übungsblatt „In-App-Käufe“ zu Übung 10: „Wo ist die Werbung?“</i>	38
	<i>Übungsblatt „Was ist mit dem Internet verbunden?“ zu Übung 13: „Was ist online?“</i>	39
	<i>Tipps für Lehrende zur sicheren Internetnutzung im Schulumfeld</i>	40
	<i>Tipps für Eltern für die sichere Internetnutzung in der Familie</i>	42
	<i>Tipps für Kinder zur sicheren Internetnutzung im Alltag</i>	44

Lern sie kennen und durchschauen

DIE TRICKS

2.5 DER WERBUNG

Hinter den bunten Bildern, Melodien und Slogans in Zeitschriften, im Fernsehen und im Internet stecken Werbebotschaften.

Mit Werbung versuchen die Hersteller für ihre Produkte zu werben. Für Turnschuhe, Seifen, Möbel, Autos usw. Sie stehen mit anderen Herstellern im Wettbewerb. Sie wollen, dass du auf sie aufmerksam wirst und dich für ihr Produkt entscheidest. Wie das funktioniert, lernst du hier, indem du selbst eine Werbung für ein Produkt machst.

Wie du sicher weißt, gibt es viele verschiedene Schokoladensorten, zum Beispiel Erdbeere oder Nuss. Noch dazu gibt es Schokolade von unterschiedlichen Herstellern. Dasselbe kannst du bei allen Produkten – Joghurtsorten, bei Getränken, sogar bei Ost und Gemüse – beobachten.

Du hast die Wahl, zum Beispiel bio oder nicht bio? So viele Entscheidungen!



Stell dir vor, du gehst in den Supermarkt und auf allen Verpackungen und Flaschen gibt es keine Namen, keine Farben, keine Bilder. Es stehen nur weiße Verpackungen in den Regalen und auf denen steht: Mehl, Schokolade, Milch ...



Werbung beginnt mit einer schönen Verpackung, die dir Lust auf das Produkt macht. Auf der nächsten Seite findest du eine Schablone für einen Getränkekarton. Die kannst du nach deinen Vorstellungen als Saft- oder Milchverpackung gestalten.

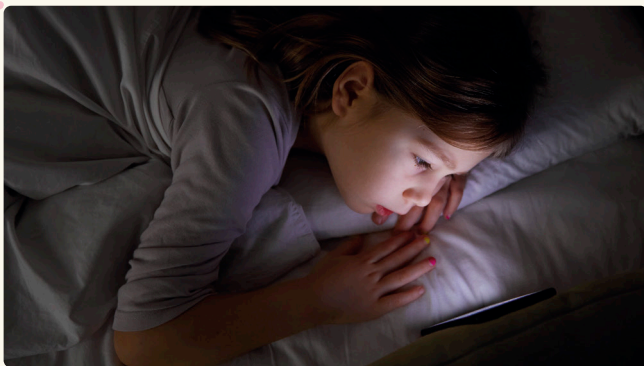
Du kannst dir aber auch Werbungen zu anderen Produkten ausdenken: Bastle eine Verpackung für selbstgebackene Kekse und gestalte sie. Oder drehe ein Werbevideo für Äpfel aus dem eigenen Garten.

- Welche Werbungen fallen dir ein?
- Welche magst du und warum?
- Wo überall ist Werbung zu finden?
- Wofür würdest du dein Taschengeld gerne ausgeben?





FAMILIENREGELN



1. Bei uns sind die Schlafräume, die Kinderzimmer und der Esstisch medienfreie Zonen!
2. Eine Stunde vor dem Zu-Bett-Gehen betätigen wir uns, ohne einen Bildschirm zu nutzen.
3. Das Handy oder Tablet wird über Nacht außerhalb der Schlafräume aufgeladen.
4. Während wir essen, unterhalten wir uns und benutzen keine Medien.
5. Sind wir mit Freunden/Freundinnen oder mit unserer Familie zusammen, benutzen wir keine Medien. Das gilt auch für kurze Autofahrten oder Wege, die wir gemeinsam gehen.
6. Jeden Tag achten wir darauf, dass wir genügend Zeit haben, um zu spielen, zu lesen oder zu plaudern.
7. Wir gehen respektvoll miteinander um, daher schauen wir auf keinen Bildschirm, wenn wir miteinander plaudern, sondern schauen uns gegenseitig an.
8. Während Aufgaben erledigt werden, werden Medien nur benützt, wenn dies für die Erledigung der Aufgaben notwendig ist.
9. Wir kontrollieren unser Medienverhalten und achten darauf, dass wir nicht mehr als zwei Stunden am Tag Medien benützen.
10. Unsere Spielenachmittage, an denen wir keine Medien benützen, sind:



SERVICE STELLE
GESUNDE
SCHULE



BEST PRACTICE BEISPIELE AUS DEN SCHULEN



GESUNDER ARBEITS- PLATZ SCHULE: VS SCHWOICH

Die Volksschule Schwoich ist eine achtklassige öffentliche Schule im Bezirk Kufstein in Tirol. 125 Kinder werden von 13 Lehrpersonen unterrichtet. Schon seit vielen Jahren verstehen wir unsere Schule als gesundheitsfördernde Schule – „Bewegte Pause“ und „Gesunde Jause“ stehen seit jeher hoch im Kurs und werden von den Pädagog:innen und Eltern mitgetragen.



Abb.: © Andrea Bichler

Ein Symposium der Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau (BVAEB) sollte es sein, welches den Funken zum Überspringen brachte. Als Schulleiterin der Volksschule Schwoich nahm ich aufgrund der damaligen Pandemie-Einschränkungen online daran teil und hörte das erste Mal von den Angeboten der BVAEB zur Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz Schule. Nach einer unkomplizierten

Kontaktaufnahme mit der Landesstelle für Tirol kam es im September 2021 zur Vorprojektphase, in der die BVAEB über die Grundlagen und Prinzipien der Zusammenarbeit informierte. Gab es während der Diagnosephase noch einige Skeptiker:innen im Team, nahmen letztlich doch alle Lehrpersonen an der Planung teil. Die Vorbehalte der Kolleg:innen waren leicht aus dem Weg zu räumen, als allen Beteiligten klar wurde, dass es bei dieser Kooperation einzig und allein um die körperliche Gesundheit und das seelische Wohlbefinden aller am Schulstandort tätigen Personen geht. Die BVAEB deckt mit einem breiten Angebotspektrum alle Bereiche der Gesundheitsförderung ab und ermöglicht Workshops mit ausgebildeten, kompetenten Trainer:innen und Coaches direkt vor Ort am Schulstandort. Dabei wird ganz auf unsere Bedürfnisse und Rahmenbedingungen Rücksicht genommen. Die Abstimmungen der Termine und genauen Inhalte obliegen der Schule. Dieses Bündel an Maßnahmen ermöglicht der Schule einen autonomen Umgang mit den zur Verfügung gestellten Ressourcen.

Mit Einbindung aller am Standort Beschäftigten entstand ein Maßnahmenplan. Unter dem Leitmotiv „Lehrerinnengesundheit an der VS Schwoich im Fokus“ starteten wir die BVAEB-Silberpartnerschaft mit dem Projekttitle „Fit und gestärkt für den Schulalltag“. Als Auftakt brachte uns eine Physiotherapeutin Übungen für eine aktive Haltung sowie vorteilhafte Bewegungsmuster für den sitzenden und stehenden Alltag im Unterricht nahe. Eine Trainerin aus dem Bereich der psychischen Gesundheit zeigte uns Stresslösetechniken, die die Lehrkraft sowohl für sich als auch im Unterricht zur Anwendung bringen kann. Auf unsere Stimme achten wir seit dem Workshop „Stimmliche Gesundheit“ ganz besonders. Die funktionellen Anwendungsbeispiele für Sprache und Atmung kommen regelmäßig zum Einsatz. In den Einheiten „Zeit für mich“ lehrte uns eine Mentaltrainerin „loszulassen“, ihre Entspannungstechniken werden sehr gerne und gut angenommen und finden als physisch-mentaler Ausgleich zum fordernden Arbeitsalltag Platz. So erlebten wir in den vergangenen drei Jahren vielfältige Impulse und Unterstützungsangebote. Vieles davon ist mittlerweile implementiert und im Unterrichtsalltag der Lehrkräfte verankert.

BEST PRACTICE BEISPIELE AUS DEN SCHULEN



Und wir haben auch weiterhin noch viel vor: Im Herbst des Vorjahres gab es eine Evaluierung des Projektes. Aufgrund der positiven Resonanz beider Projektpartner:innen konnte unsere Schule der Goldpartnerschaft mit der BVAEB für die kommenden zwei Jahre zustimmen. Konkret in Planung sind Teambuilding-Maßnahmen, um das Zusammengehörigkeitsgefühl noch weiter zu stärken. Außerdem streben wir in diesem Jahr noch die Beantragung des BVAEB-Gütesiegels an.

Abb.: © Andrea Bichler



Wir freuen uns auf eine nachhaltige Zusammenarbeit und die langfristige Etablierung der Gesundheitsförderung am Schulstandort. Am wichtigsten erscheint uns die Integration der gesundheitsfördernden Maßnahmen in den Arbeitsalltag. Diese Option liegt bei jeder/jedem Einzelnen, doch nur mit einer starken Partnerin, wie der BVAEB, ist die Umsetzung dieser gelungenen Kooperation möglich!

Volksschule Schwoich

Direktorin Andrea Bichler

Dorf 2, 6334 Schwoich

www.us-schwoich.edupage.org

KICK-OFF-DAYS FÜR NEUE „GESUNDE SCHULEN“ IN NEUDORF/ WILDON UND STAINZ

Zwei Projektschulen aus dem Bereich der land- und ernährungswirtschaftlichen bzw. forstwirtschaftlichen Fachschulen sind im Herbst 2023 in der Steiermark mit der gesamten Schulgemeinschaft neu ins Projekt „Gesunde Schule“ der SVS und BVAEB gestartet. Als Auftakt zum Projekt fand im Oktober 2023 eine Kick-Off-Veranstaltung in der FS Neudorf statt. Am Programm standen Workshops zu partizipativ erhobenen Themen für Schüler:innen – darunter unter anderem mentales Training, Fußballtechnik für Mädchen und Burschen, Kampfkunst sowie Suchtcompetenz. Die Schüler:innen der LFS Stainz freuten sich beim Kick-Off-Tag im Dezember vor allem über Workshops zu Themen wie „Gesunde Snacks und Brainfood“, Krafttraining inkl. Einschulung zu den Trainingsgeräten im schuleigenen Fitnessraum sowie spannende Einblicke in die Tätigkeiten der Bergrettung inkl. praktischer Tipps und Tricks für den Outdoorbereich.



Abb.: © SVS

BEST PRACTICE BEISPIELE AUS DEN SCHULEN



Abb.: © SVS



VERNETZUNGSTREFFEN „LEBENSRAUM SCHULE“ 2024

Ein voller Erfolg war das jährliche Vernetzungstreffen **„Lebensraum Schule“**, das heuer am 7. Mai 2024 im Steiermarkhof in Graz stattfand. Veranstaltet wird dieser Tag alljährlich von der SVS gemeinsam mit AUVA, Bildungsdirektion Steiermark, BVAEB, ÖGK sowie Styria Vitalis. Ziel dieses Gesundheitstages ist es, Pädagog:innen und Projektleiter:innen – die als Multiplikator:innen in den Projektschulen fungieren – einen Fortbildungstag im Zeichen der Gesundheit im Setting Schule zu ermöglichen. In diesem Jahr lag der Fokus mit Lukas Wagner als Keynote Speaker klar auf dem Zusammenhang von digitalen Medien und der Gesundheit von Kindern sowie Jugendlichen. Der Medienpädagoge und Psychotherapeut Wagner plädierte, auf Basis internationaler wissenschaftlicher Erkenntnisse, für einen handyfreien Schulalltag, um für Kinder und Jugendliche ein ungestörtes Lehr- bzw. Lernumfeld zu schaffen. Des Weiteren gab es ein umfangreiches Workshopangebot zu den Themenbereichen „Psychosoziale Gesundheit“, „Gender und Diversity“, „Klima und Ernährung“, „Augengesundheit“, „Bewegung“ sowie „Rechtliches im Bereich Erste Hilfe“. Insgesamt haben in diesem Jahr knapp 200 Personen aus unterschiedlichsten Schultypen am Netzwerktreffen teilgenommen.

WETTERFEST: GESTÄRKTE LEBENS-KOMPETENZEN = BESSERE SUCHTKOMPE- TENZ

Aufgrund der aktuellen Entwicklungen und Bedarfe an Schulen wurde die Kooperation mit VIVID, der Fachstelle für Suchtprävention des Gesundheitsressorts des Landes Steiermark, seitens SVS intensiviert. Im Zuge der Zusammenarbeit bietet VIVID für Pädagog:innen der betreuten Projektschulen mit der „WETTERFEST“-Reihe eine kostenlose vierteilige Ausbildung im Bereich der Lebenskompetenzstärkung an. So können Jugendliche in ihrer Persönlichkeitsentwicklung gestärkt, das Klassenklima verbessert und die Lehrer:innen-Schüler:innen-Beziehungen gefördert werden. Die zahlreichen Anmeldungen bestätigen das große Interesse an diesem Themenkomplex.

Link: www.vivid.at/angebot/wetterfest/

JUBILÄUMSSCHULEN – GELEBTE NACHHALTIG- KEIT

Seit nunmehr elf Jahren lebt die FS Großlobming das Thema „Gesundheitsförderung im Setting Schule“ mit viel Herz und Engagement. Direktorin Dipl.-Päd. Ing. Theresia Stoff, BEd, MA steht gemeinsam mit Administratorin Maria Reumüller und dem Gesundheitsteam voll hinter dem Thema.

Exakt zehn Jahre sind auch die HBLA Bruck/Mur sowie die FS Vorau im Projekt „Gesunde Schule“ mit dabei. Auch hier sind die Gesundheitsteams an den Schulen nach wie vor in der Nachhaltigkeitsphase aktiv und motiviert im Projekt mit dabei – gut unterstützt von der Direktionsebene.

Im letzten Jahrzehnt konnten in all diesen Schulen unzählige Maßnahmen im verhaltens- und verhältnisorientierten Bereich umgesetzt werden – Wir freuen uns sehr und gratulieren zu diesem besonderen Jubiläum!

VERANSTALTUNGSTERMINE

16. Okt. 2024 – 13:00 bis 18:00 Uhr

4. BVAEB-Symposium „Arbeitsplatz Schule: Gesund lehren, gesund führen, gesund leben“ in der Steiermark

Ort: Steiermarkhof,
Ekkehard-Hauer-Straße 33, 8052 Graz

Veranstalter: BVAEB in Kooperation mit der Bildungsdirektion Steiermark und der Pädagogischen Hochschule Steiermark

Nähere Informationen:

M: graz.symposium@bvaeb.at

W: www.bvaeb.at/gesundheitsfoerderung

22. Okt. 2024 – 13:00 bis 18:00 Uhr

4. BVAEB-Symposium „Arbeitsplatz Schule: Gesund lehren, gesund führen, gesund leben“ im Burgenland

Ort: Kultur Kongress Zentrum Eisenstadt
Franz-Schubert-Platz 6, 7000 Eisenstadt

Veranstalter: BVAEB in Kooperation mit der Bildungsdirektion Burgenland und der Pädagogischen Hochschule Burgenland

Nähere Informationen:

M: symposium.burgenland@bvaeb.at

W: www.bvaeb.at/gesundheitsfoerderung

24. Okt. 2024 – 09:00 bis 16:00 Uhr

Jahrestagung des „Wiener Netzwerks Gesundheitsfördernder Schulen – WieNGS“

Ort: Wiener Rathaus
Messeplatz 1, 1020 Wien

Nähere Informationen & Anmeldung:

www.wiengs.at

07. – 09. Nov. 2024

Bildungsfachmesse Interpädagogica

Ort: Messe Wien
Messeplatz 1, 1020 Wien

Nähere Informationen:

www.interpaedagogica.at

20. Februar 2025

Tagung Gesunde Schule Tirol

CYBERCRIME IN DER SCHULE

Erkennung und Prävention

Onlineworkshop für Pädagog:innen
in ganz Österreich

Wann? Mittwoch, 20. November 2024 14:00-16:00 Uhr
Montag, 02. Dezember 2024 14:00-16:00 Uhr

Anmeldung unter gfp@sozialversicherung.at
Link zum Onlineworkshop folgt nach der Anmeldung!



Saferinternet.at
Das Internet sicher nutzen!



26. Feb. 2025 – 13:00 bis 18:00 Uhr

5. BVAEB-Symposium „Arbeitsplatz Schule: Gesund lehren, gesund führen, gesund leben“ in Kärnten

Ort: Veranstaltungszentrum „Lakeside Spitz“,
Lakeside B11, 9020 Klagenfurt am Wörthersee

Veranstalter: BVAEB in Kooperation mit der Bildungsdirektion Kärnten und der Pädagogischen Hochschule Kärnten

Nähere Informationen:

M: kft.symposium@bvaeb.at

W: www.bvaeb.at/gesundheitsfoerderung

26. März 2025 – 13:00 bis 18:00 Uhr

4. BVAEB-Symposium „Arbeitsplatz Schule: Gesund lehren, gesund führen, gesund leben“ in Tirol

Ort: Eventcenter Villa Blanka Innsbruck,
Weiherburggasse 8, 6020 Innsbruck

Veranstalter: BVAEB in Kooperation mit der Bildungsdirektion Tirol und der Pädagogischen Hochschule Tirol

Nähere Informationen:

M: ibk.symposium@bvaeb.at

W: www.bvaeb.at/gesundheitsfoerderung

UNSERE ANSPRECHPARTNERINNEN



Service Stelle gesunde Schule Burgenland

Telefon: 05 0766-131712
E-Mail: schule-13@oegk.at

Service Stelle gesunde Schule Kärnten

Telefon: 05 0766-162123
E-Mail: schule-16@oegk.at

Service Stelle gesunde Schule Niederösterreich

Telefon: 05 0766-126205 oder -126206
E-Mail: schule-12@oegk.at

Service Stelle gesunde Schule Oberösterreich

Telefon: 05 0766-14103511
E-Mail: schule-14@oegk.at

Service Stelle gesunde Schule Salzburg

Telefon: 05 0766-171045
E-Mail: schule-17@oegk.at

Service Stelle gesunde Schule Steiermark

Telefon: 05 0766-151935
E-Mail: schule-15@oegk.at

Service Stelle gesunde Schule Tirol

Telefon: 05 0766-181628 oder -181632
E-Mail: schule-18@oegk.at

Service Stelle gesunde Schule Vorarlberg

Telefon: 05 0766-191648
E-Mail: schule-19@oegk.at

Service Stelle gesunde Schule Wien

Telefon: 05 0766-112732
E-Mail: schule-11@oegk.at

Web: www.oegk.at/schule



Service Stelle gesunde Schule Wien, NÖ, Burgenland

Telefon: 05 0405-21708
E-Mail: gesundheitsfoerderung@bvaeb.at

Service Stelle gesunde Schule Kärnten

Telefon: 05 0405-26723
E-Mail: kft.gesundheitsfoerderung@bvaeb.at

Service Stelle gesunde Schule Oberösterreich

Telefon: 05 0405-24859
E-Mail: linz.gesundheitsfoerderung@bvaeb.at

Service Stelle gesunde Schule Salzburg

Telefon: 050405-27541
E-Mail: sbg.gesundheitsfoerderung@bvaeb.at

Service Stelle gesunde Schule Steiermark

Telefon: 05 0405-25780
E-Mail: graz.gesundheitsfoerderung@bvaeb.at

Service Stelle gesunde Schule Tirol

Telefon: 05 0405-28170
E-Mail: ibk.gesundheitsfoerderung@bvaeb.at

Service Stelle gesunde Schule Vorarlberg

Telefon: 05 0405-29027
E-Mail: bgz.gesundheitsfoerderung@bvaeb.at

Web: www.bvaeb.at/gesundheitsfoerderung



Sozialversicherung der Selbständigen

Telefon: 050 808 808
E-Mail: sicherheit.gesundheit@sus.at
Web: www.sus.at/gesundeschule



Allgemeine Unfallversicherungsanstalt

Telefon: 05 9393-20000
E-Mail: hub@auva.at
Web: www.auva.at/sicherlernen