



Strukturen zu Gesundheitsförderung und Prävention in Schulen

Wir stellen zwei europaweit abgestützte und evaluierte Gesundheitsförderungsprogramme vor, die sich zur strukturellen Verankerung der Suchtprävention in Schulen eignen. Eine Chance, Probleme unter einer längerfristigen Perspektive anzugehen – und den Bedarf an Feuerwehrlösungen zu reduzieren. Die Suchtpräventionsstelle bietet in Zusammenarbeit mit der Pädagogischen Hochschule Beratung und Begleitung in allen Programmphasen.

CH-Netzwerk Gesundheitsfördernde Schulen

Geschichte
1993 haben die WHO, der Europarat und die Europäische Kommission gemeinsam das «Europäische Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen» (ENHPS) lanciert, an dem sich die Schweiz neben 42 anderen Ländern beteiligt.

Schulen als Organisationseinheit verständigen sich auf gesundheitsfördernde Ziele und deren Umsetzung, stellen ihre Erfahrungen anderen Schulen zur Verfügung und profitieren ihrerseits von den anderen Netzwerkschulen. Partizipation und Empowerment sind die leitenden Handlungsgrundsätze. Zurzeit sind dem Netzwerk in der Schweiz 243 Schulen mit insgesamt 73019 Schüler/innen und 8505 Lehrpersonen angeschlossen, davon 56 Schulen aus dem Kanton Zürich.

Wie wird man eine Netzwerk-Schule
Die Schulen führen eine Standortbestimmung durch, wählen eine Kontaktlehrperson und verpflichten sich, während zwei Jahren zwei Schwerpunktthemen zu bearbeiten.

Dienstleistungen
Die Schulen erhalten Beratung und Begleitung durch die Suchtpräventionsstelle, dreimal jährlich den Rundbrief, einen gesamtschweizerischen und einen regionalen Erfahrungsaustausch sowie finanzielle Projektunterstützung. Beim Vertragsabschluss erhalten sie das Netzwerk-Label.



Suchtprävention und Gesundheitsförderung

Nr. 18 Frühling 2004

Mitteilungen der Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland
Postfach 8610 Uster
info@sucht-praevention.ch
www.sucht-praevention.ch

Gesundheitsfördernde Schulen im Kanton Zürich

Geschichte

Seit 1998 betreuen das Pestalozzianum und die regionalen Suchtpräventionsstellen die Netzwerkschulen im Kanton Zürich. Seit 2003 ist die Pädagogische Hochschule Zürich für die Koordination des Projektes «Gesundheitsfördernde Schulen im Kanton Zürich» und die Ausbildung der Kontaktlehrer/innen zuständig.

Eine gesundheitsfördernde Schule legt Wert auf die Entwicklung einer Schulkultur, die allen in der Schule lebenden und arbeitenden Menschen Zufriedenheit, Wohlbefinden, Engagement und Übernahme von Verantwortung für die Gesundheit ermöglicht. Solche Schulen wollen gesunde Lebens-, Lehr- und Lernformen fördern und nachhaltig pflegen.

Voraussetzungen, um eine Gesundheitsfördernde Schule Kt. Zürich zu werden

Die Schule führt eine begleitete Impulsveranstaltung/Standortbestimmung durch, wählt eine Kontaktlehrperson für die Ausbildung. Im ersten Jahr besucht die Kontaktlehrperson die Weiterbildung, im zweiten werden Projekte durchgeführt.

Dienstleistungen

Die Schulen erhalten Beratung und Begleitung durch die Suchtpräventionsstelle und die Möglichkeit zum regionalen Austausch. Die Kontaktlehrperson besucht an der Pädagogischen Hochschule die Ausbildung zur Kontaktlehrperson in Gesundheitsförderung und Suchtprävention.

Nächste Weiterbildung zur Kontaktlehrperson für Gesundheitsförderung und Suchtprävention Oktober 2004 – Juni 2005

Die Suchtpräventionsstelle ZO unterstützt Schulen auf ihrem Weg zur Gesundheitsfördernden Schule mit:

- Informationen zu Gesundheitsfördernden Schulen Kt. Zürich und CH-Netzwerk
- Impulsveranstaltungen
- Begleitung der Strukturarbeit
- Standortbestimmung gemeinsam mit der Schule
- Prozess- und Fachberatung bei Projekten
- Begleitung der Steuergruppe
- Coaching der Kontaktlehrperson
- Regionaler Vernetzung, Austausch/Intervention und Weiterbildung der Kontaktlehrpersonen
- Evaluation zusammen mit der Schule

Kontakt: Suchtprävention ZO, Marcel Jenni, Dipl. Sozialpädagogin HFS, Organisationsberater, Coach (BSO), Tel. 043 399 10 80, m.jenni@sucht-praevention.ch, www.sucht-praevention.ch



Vor 4 Jahren entschloss sich die Schulgemeinde, dem CH-Netzwerk und dem Netzwerk «Gesundheitsfördernde Schulen im Kanton Zürich» beizutreten. Auf jeder Schulanlage der Gemeinde ist eine Kontaktlehrperson «Hüter/in» des Themas Gesundheit und Prävention und erste Ansprechperson.

Wir sind eine Primarschule mit 12 Regel- und 4 Sonderklassen, insgesamt rund 300 Schüler/innen. Zu unserem Team gehören rund 35 Lehrpersonen.

Der Kontakt zu anderen Schulen wird gemeindeintern mit Koordinationssitzungen sichergestellt. Die regionalen Austauschtreffen, welche die Suchtpräventionsstelle ZO moderiert, regen den Kontakt zu anderen Schulen an. Die Treffen sind sehr wertvoll für mich. Ich habe die Chance, von Ideen anderer Schulen zu profitieren und muss das Rad nicht neu erfinden, wenn unser Schulhaus ähnliche Projekte oder Aktionen plant – oder wenn Probleme auftauchen.

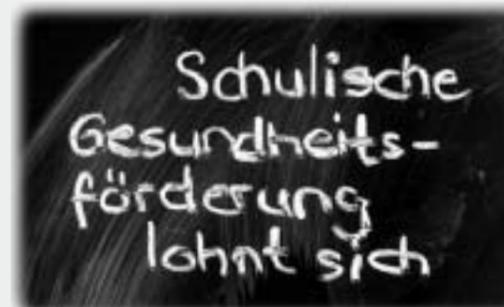
Unterstützung von verschiedenen Seiten

Wertvoll ist für mich die Niederschwelligkeit, bei der Suchtpräventionsstelle um Hilfe und Rat zu fragen. Besonders als es darum ging, das Peacemakerprojekt neu aufzuziehen und schulhauseigener zu gestalten, stand uns die Suchtpräventionsstelle mit vollem Einsatz bei, sei es mit Sitzungen leiten oder Anträge strukturieren und durchlesen.

Im Oktober 2003 habe ich mit der Ausbildung zur Kontaktlehrperson an der Pädagogischen Hochschule Zürich begonnen und stelle erfreut fest, dass mir unter anderem wichtige Werkzeuge vermittelt werden, Werkzeuge, die beim Planen, Anpacken und Managen eines Projektes wie unserem Peacemakerprojekt äusserst nützlich sind.

Andrea Egli, Kontaktlehrperson
Schulhaus Brüttenerstrasse, Effretikon

Gesundheitsfördernde Bemühungen in der Schule wirken sich auf das Schulklima und damit auf das Gesundheitsverhalten der Jugendlichen aus. Am Beispiel Rauchen zeigt das Projekt «Gesundheitsteams an Schulen» in der Stadt Bern auf, dass sich schulische Prävention lohnt.



Eine Umfrage des Gesundheitsdienstes der Stadt Bern in 35 städtischen Schulen zeigt: Schüler/innen, die sich in ihrer Klasse wohl fühlen, ein gutes Verhältnis zu ihren Lehrer/innen haben, in Belangen der Schule mitwirken können und nicht unter Mobbing leiden, rauchen deutlich weniger als andere. Aufgrund der Resultate lassen sich die Schulen in drei Gruppen aufteilen: In den Schulen mit gutem Klima rauchen 11% der Achtklässler, in solchen mit durchschnittlichem Klima 16% und in Schulen mit weniger gutem Klima 24%.

Gutes Klima hält Schüler/innen vom Rauchen ab

Ein gutes Klima fördert Schutzfaktoren, die die Wahrscheinlichkeit zu rauchen verringern. Solche Schutzfaktoren sind: die Überzeugung, dass Rauchen unvereinbar ist mit den persönlichen Lebenszielen, eine positive Grundstimmung, mindestens genügende Schulleistungen, sozial verantwortliches Verhalten und eine aktive Problemlösungsstrategie. Von den Jugendlichen mit vier oder fünf dieser Schutzfaktoren rauchen nur 3%, von jenen mit keinem einzigen Schutzfaktor rauchen 71%.

Der Evaluations-Schlussbericht des Projektes erscheint im Frühling 2004 in Buchform.

Quelle: Rundbrief des Schweizerischen Netzwerkes Gesundheitsfördernder Schulen



Ein Beispiel für ein rege benutztes Begleitangebot der Suchtpräventionsstelle

Seit vielen Jahren treffen sich unter der Leitung der Suchtpräventionsstelle Kontaktlehrer/innen (SPITS, CH-Netzwerk, Gesundheitsfördernde Schulen Kt. Zürich) aus Kindergarten, Primarschule und Oberstufe 3- bis 4-mal im Jahr zum Informations- und Erfahrungsaustausch. Ein wichtiger Teil der Treffen sind gegenseitige Tipps und Unterstützung in schwierigen Fragen aus dem Schullalltag und in der Rolle als Kontaktlehrperson. Zusätzlich findet jährlich eine halbtägige Weiterbildung zu einem aktuellen Thema statt, das die Kontaktlehrer/innen betrifft.

Dem regionalen Netzwerk gehören 32 Lehrer/innen aus 25 Schulen an.

Meinungen zum Austauschtreffen

Die Kontaktlehrpersonen sind froh um die Unterstützung und finden die Treffen sehr gut, denn sie helfen in konkreten Situationen. Sie fühlen sich gut aufgehoben, wünschen sich aber mehr Zeit.

Kontakt: Suchtprävention ZO,
Marcel Jenni, m.jenni@sucht-praevention.ch



Meinungsumfrage zum «Info»

Erfreulicherweise hat sich ein beachtlicher Teil unserer Leserschaft an der Umfrage im letzten Herbst beteiligt und sich die Mühe genommen, die Karte auszufüllen und uns so seine Meinung über unsere Info-Zeitschrift mitzuteilen.

Für die zahlreiche Teilnahme bedanken wir uns ganz herzlich. Wir haben Ihre Wünsche und Anregungen zur Kenntnis genommen und werden versuchen, diese in Zukunft zu berücksichtigen.

Die Verlosung der ausgeschriebenen Preise hat unter Aufsicht stattgefunden.

Die glücklichen Gewinner heissen:

Brigitte Jerg, Dübendorf, und Bruno Hollenstein, Hittnau.

Wenn Jugendliche rauchen, kiffen, trinken



...was kann ich als Vater tun?

Das neue Projekt VaterRunde, setzt dort an, wo Väter ihre Erziehungsverantwortung wahrnehmen möchten, um ihren Jugendlichen gegenüber eine faire, konstruktive Rolle einzunehmen. Es richtet sich besonders an Väter von Jugendlichen im Alter von 10 bis 16 Jahren.

Was kann der Vater tun, um seine Kinder vor Drogen und anderen Suchtmitteln zu schützen, wenn er tagsüber im Beruf voll eingespannt ist oder getrennt von der Familie lebt? Vorgesehen sind jeweils drei Veranstaltungen, die einzeln und unverbindlich besucht werden können. An jeder Veranstaltung referiert im ersten Teil eine Fachperson zu einem spezifischen Thema. Im zweiten Teil des Abends finden persönliche Gespräche und Diskussionen unter den Vätern statt.

Kontakt: Suchtprävention ZO,
info@sucht-praevention.ch

Kurs für Väter und Mütter mit Schulsorgen

Im Herbst schrieb die Suchtpräventionsstelle einen Kurs für Mütter und Väter aus, deren Kinder in der Schule dauernd mit ihrem Verhalten anecken.

6 Mütter und 4 Väter besuchten die 5 Kursabende, geleitet von Urs Abt, dipl. Psychologe und Familientherapeut. Alle konnten im Verlaufe des Kurses in ihren Familien positive Veränderungen in Gang setzen, z.B.: «Wir können jetzt gelassener über etwas reden, ohne dass es ausartet.» «Dadurch, dass wir unserem Kind Eigenverantwortung übergeben haben, ist das Klima in der Familie angenehmer geworden.» «Wir konnten finanzielle Konfliktsituationen lösen.»

Alle profitieren

Bei manchen Jugendlichen verbesserten sich Lernfreude und Aufgabenerfüllung, bei einigen sogar die Schulleistungen.

Alle Eltern haben gelernt, wie sie Konflikte entspannen und die Selbstverantwortung ihrer Kinder fördern können. Sie fühlten sich im Kurs verstanden und aufgehoben und würden andern Eltern in ähnlichen Situationen den Kurs empfehlen. Die vollständige Kursauswertung ist bei der Suchtpräventionsstelle erhältlich.

Aufgrund der erfreulichen Resultate wurde der Kurs wieder ausgeschrieben, der Einführungsabend fand am 3. März 2004 statt.

Kontakt: Suchtprävention ZO,
Yvette Brunner-Weinmann,
y.brunner@sucht-praevention.ch

Impressum

«Info» Nr. 18, Frühling 2004

«Info» erscheint dreimal jährlich als Informationsblatt der Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland, zusammen mit dem Magazin «laut&leise». Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland, Gerichtsstrasse 4, Postfach, 8610 Uster, Telefon 043 399 10 80, Fax 043 399 10 81, info@sucht-praevention.ch, www.sucht-praevention.ch **Redaktion:** Suchtprävention ZO **Textredaktion:** Sylvia von Piechowski, Dübendorf **Mitarbeit:** Viktor Arbeit, Yvette Brunner-Weinmann, Hedi Hobi, Marcel Jenni, Peter Trauffer **Gestaltung/Layout:** Orlando Duó, Wetzikon **Druck:** Zürichsee Medien AG, Stäfa **Auflage:** 2000 Expl. **Nachdruck nur mit Quellenangabe und Zusendung eines Belegexemplars**