

# Ein Netzwerk für die gesunde Schule

Landesprogramm gute gesunde Schule startet im Landkreis – Sechs Schulen sind schon dabei

Von Stefan Holzinger

**Freyung-Grafenau.** Wenn das mal nicht Schule macht. Sechs Schulen aus dem Landkreis nehmen am Landesprogramm für gute gesunde Schule teil – wollen so Gesundheit mit Schule vernetzen. Kernpunkt des Programms soll die gesundheitliche Prävention von Lehrern, Schülern und Eltern sein. Dabei verlassen die Schulen getrapelte Pfade und ergründen neue Wege für eine gute gesunde Schule.

Graue Wände, kleine Fenster, schlechtes Licht und kein Grün im Raum, so sehen noch immer viele Klassenzimmer aus. Ein Stigma, das im Laufe der Zeit nicht so richtig gebrochen wurde. Aber, nun soll sich das ändern: Bunte Wände, angenehmes Licht und Pflanzen, die einem Raum Leben geben. „Ein lernförderndes Klassenzimmer hilft die Stimmung und die Leistungsfähigkeit zu heben“, sagt der Regionalkoordinator für gute gesunde Schule Christian Löwe. Dabei sei dies nur ein kleiner Teil der guten gesunden Schule (ggS). Alle am Schulleben Beteiligten sollen für das Thema Gesundheit sensibilisiert werden – vor allem in den Kernpunkten Ernährung, Bewegung und Entspannung, Schulkultur und physische und psychische Gesundheit.

## Stift und Gesundheit: „Hand in Hand“

„Der gesamte Gesundheitsbegriff vernetzt sich in diesem Programm mit der Schule“, so Löwe. Netzwerken ist generell das, worauf das Projekt basiert. „Es muss ein Rädchen in das andere greifen, um nachhaltig Erfolg zu haben.“ Mit der Zusammenarbeit von öffentlichen Behörden und den Krankenkassen AOK sowie Barmer-GEK seien starke Partner gefunden, die einen dauerhaften Erfolg sichern könnten. „Gerade in der Sportregion Freyung-Grafenau, die bisher 87 Sport-Arbeitsgemeinschaften stellen, erzeugt das Programm eine Win-Win-Situation“, sagt Schulamtsdirektor Werner Grabl und erhofft sich in Zukunft eine bessere Einbindung der regionalen Vermarktung. „Es könnte nicht so schwierig sein, Produk-



**Hand in Hand für eine gesunde Schule:** AOK Bayerwald-Direktor Markus Edinger (von links), von der AOK Region-Marketing und Gesundheitsförderung Maria Schmid, Barmer-GEK Waldkirchen Werner Karl, Schulamtsdirektor Werner Grabl, Herta Höllmüller (GS Hinterschmiding-Grainet), Leiter des Gesundheitsamtes Freyung-Grafenau Dr. Heinrich Nerowski, Johannes Laws-Hofmann vom AOK-Gesundheitsmanagement, Astrid Glaser (GS Böhmzwiesel), Annette Rieger (GS Karlsbach), Regionalmanager Stefan Schuster, Brigitte Penzenstadler (MS Jandelsbrunn), AOK Freyung-Teamleiter Hans Fuchs, Eva Spindler (GS Waldkirchen-Holzfreyung), Stefan Wolf (MS Neureichenau), ggS-Regionalkoordinator Christian Löwe und die stellvertretende Landrätin Renate Cerny.



**Lisa rollt einen Massage-Ball über Antonias Rücken:** Die Grundschule Karlsbach setzte schon vor dem Start des Programmes einige Inhalte um. Im Hintergrund sind Plakate mit Anleitungen für die bewegte Pause oder Entspannungsmethoden zu sehen, die im Klassenzimmer aufgehängt wurden. – Fotos: Holzinger

te unserer Gegend einzubringen“, bemerkt er.

In kleinen Schritten möchte Christian Löwe jede Schule fitter machen. Dazu führt jede teilnehmende Schule eine Bestandsaufnahme durch, nach welcher individuelle Ziele deklariert und Maßnahmen durchgeführt werden. So soll Gesundheit in den Mittelpunkt von Schulleben und Schulalltag rücken – sich schließlich bis in die Familien hineinziehen.

Auch die Lehrer können vom Programm profitieren: Sie lernen für ihren Beruf relevante, teilweise

unbekannte Sachverhalte neu kennen: zum Beispiel Tipps zur Stimmbildung und zu Arbeits- und Entspannungstechniken.

Drei Jahre planen die Schulen für die Umsetzung ein – ein langer Prozess der viel Kondition voraussetzt. Die PNP besuchte eine der Programm-Schulen aus dem Landkreis Freyung-Grafenau: Die Grundschule Karlsbach legt seit geraumer Zeit wert auf eine Schule, die mit Gesundheit verbunden ist. Sie führten einige Methoden des jetzt erscheinenden Programms bereits in den Schulalltag

ein: Bewegte Pause, Ernährungserziehung und Entspannungsübungen.

Unterstützung von allen Seiten ist gewiss. Landrat Sebastian Gruber übernahm die Schirmherrschaft über die gute gesunde Schule Freyung-Grafenau. Seine Stellvertreterin Renate Cerny besuchte den Startschuss in der Freyunger AOK-Direktion und weiß: „Gesundheitsförderung ist in jungen Jahren nicht hoch genug anzusetzen.“

## Gute gesunde Schule:

Das Bayerische Staatsministerium für Bildung und Kultus, Wissenschaft und Kunst hat bereits 2008 ein „Landesprogramm für gute gesunde Schule Bayern“ ins Leben gerufen. Durch die Projektpartner AOK, Barmer-GEK, Kommunale Unfallversicherung Bayern und dem Lehrstuhl für Pädagogik der Universität Passau erfahren Schulen regionale Unterstützung – sei es durch Fortbildungen, Unterrichtsmodule oder ähnlichen Aktivitäten.

Jede Region obliegt einem Regionalleiter, der jede Schule individuell betreut. Bislang haben 149 Schulen an diesem Programm teilgenommen – 44 aus Passau, Freyung-Grafenau, Rottal-Inn, Tirschenreuth und Selb.

Es verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz, der Gesundheit durch seelisches, körperliches und soziales Wohlbefinden definiert und auf Nachhaltigkeit ausgelegt ist.