



Bayerisches Staatsministerium für Unterricht und Kultus, 80327 München

An die
Schulen in Bayern

Ihr Zeichen / Ihre Nachricht vom

Unser Zeichen (bitte bei Antwort angeben)
V.8 – BS 4400.22 – 6a.67143

München, 19.07.2018
Telefon: 089 2186 2151

**„Woche der Gesundheit und Nachhaltigkeit“
vom 15. bis 19. Oktober 2018
Motto: „Schneller Kick oder nachhaltiger Genuss?“**

Sehr geehrte Frau Schulleiterin, sehr geehrter Herr Schulleiter,

ich würde mich sehr freuen, wenn Sie auch heuer wieder an Ihrer Schule eine „Woche der Gesundheit und Nachhaltigkeit“ durchführen würden. Unsere Schulen setzen damit ein Zeichen für die hohe gesellschaftliche Bedeutung dieser beiden Handlungsfelder. Die Schülerinnen und Schüler sollen in dieser Woche die Gelegenheit erhalten, selbst aktiv zu werden, um durch projektorientiertes Arbeiten, auch unter Einbeziehung außerschulischer Experten, einen weiteren Schritt hin zu einer gesundheitsförderlichen und nachhaltigen Lebensweise zu gehen.

Für die diesjährige Woche der Gesundheit und Nachhaltigkeit an den bayerischen Schulen vom **15. bis 19. Oktober 2018** haben wir ein gesundheitsbezogenes Schwerpunktthema gewählt. Es lautet:

„Schneller Kick oder nachhaltiger Genuss?“

Junge Menschen in Bayern leben in Zeiten, in denen ihre Möglichkeiten in Freizeit, Bildung oder künftigem Beruf schier grenzenlos erscheinen. Dies führt jedoch auch dazu, dass es für sie alles andere als leicht ist, hier den eigenen Weg zu finden. Groß ist das Angebot an Verlockungen und Suchtmitteln – ob stoffgebunden (z. B. Alkohol, Nikotin, Cannabis) oder stoffungebunden (z. B. Medien, Glücksspiel, Konsum) –, auf deren Missbrauch nach dem schnellen Kick ein psychisches oder physisches Tief folgt. Schule und Elternhaus sind daher heute mehr denn je gefordert, die ihnen anvertrauten Kinder und Jugendlichen in ihrer Persönlichkeitsentwicklung zu unterstützen. Dazu trägt die Schule immer dann bei, wenn sie Schülerinnen und Schülern Möglichkeiten eröffnet, sich selbstwirksam zu erleben und ihre „Ich-Stärke“ zu steigern.

Das diesjährige Motto zielt besonders auf die Suchtprävention. Fragen wie „Was ist Genuss und ab wann wird dieser zur Sucht?“, „Wo sind die Grenzen?“, „Wie erkenne ich Suchtverhalten, gibt es Alarmzeichen?“, „Wie kann ich mich davor schützen?“ oder „Welche Konsequenzen kann der schnelle Kick haben?“ eignen sich gut, um in Form von Projekten, Unterrichtsgängen, Vorträgen und Lerneinheiten mit außerschulischen Experten untersucht und beantwortet zu werden. Unterstützung bei der Vorbereitung der Aktionswoche erhalten Sie bzw. der/die Beauftragte für die Suchtprävention (vgl. hierzu die Richtlinien für die Suchtprävention an den bayerischen Schulen: https://www.km.bayern.de/download/494_supraev.pdf) vor allem bei den Suchtpräventionsfachkräften der Landrats-, Gesundheits- und Jugendämter (Adressliste unter <https://www.km.bayern.de/eltern/erziehung-und-bildung/gesundheit/suchtpraevention.html>).

Über den Bereich der Suchtprävention hinaus bietet sich in der Aktionswoche insbesondere eine Beschäftigung mit den folgenden Themenfeldern an:

- Medienbildung (z. B. virtuelle Spielwelten, Handynutzung, Umgang mit personenbezogenen Daten im Internet);
- Ökonomische und ökologische Verbraucherbildung (z. B. Müllvermeidung und -entsorgung, Recycling, Fairer Handel, schonender

Umgang mit Ressourcen, Umgang mit dem Taschengeld, Einflussfaktoren bei Konsumententscheidungen, Auswirkungen des persönlichen Freizeitverhaltens auf die Umwelt, Konsum und nachhaltige Entwicklung);

- Stressprävention und -bewältigung (z. B. Entspannung im Schulalltag, sozialer Umgang in der Klasse, Achtsamkeit gegenüber den eigenen Gefühlen und dem eigenen Körper, Bewegung);
- Ernährung (z. B. gesunde Nahrungs- und Genussmittel, Risiken von Fast Food, Verschwendung von Lebensmitteln, Essstörungen).

Verlässliche Informationen, Unterrichtsmaterialien und Anregungen zu den verschiedenen Themen erhalten Sie z. B. auf den folgenden Internetseiten:

<https://www.stmgp.bayern.de/vorsorge/sucht/>, <https://www.zpg-bayern.de>,
<https://www.ins-netz-gehen.de>, <https://www.umweltbildung.bayern.de/>,
<https://www.umweltbildung-bayern.de/>, <https://verbraucherbildung.bayern.de/>,
<https://www.energieatlas.bayern.de/>, <http://www.eineweltnetzbayern.de/>,
<https://www.blauer-engel.de/schulstart>, <https://www.stmelf.bayern.de/ernaehrung/146602/index.php>,
<https://www.therapienetz-essstoerung.de>,
<https://www.tce-essstoerungen.de>, <https://www.bkk-bauchgefuehl.de/>.

Ich freue mich, dass auch in diesem Jahr die Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung Bayern des Bayerischen Staatsministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten mit den Tagen der Schulverpflegung (<http://www.schulverpflegung.bayern.de/>) wieder einen Baustein für die Woche der Gesundheit und Nachhaltigkeit anbietet. Schließlich ist Schulverpflegung viel mehr als die schnelle Nahrungsaufnahme in der Pause. Sie bietet die Chance, eine gesundheitsförderliche und nachhaltige Ernährung für die Schülerinnen und Schüler tagtäglich erlebbar zu machen.

Ganz im Sinne des diesjährigen Mottos „Vielfalt schmecken und entdecken“ kann mit den Aktionstagen eine gesundheitsförderliche und nachhaltige Schulverpflegung an Ihrer Schule thematisiert werden.

Begleitet werden die Tage der Schulverpflegung durch ein Gewinnspiel: Für die Teilnahme senden Sie die Dokumentationen zu den jeweiligen Aktionstagen an Ihrer Schule (z. B. Fotos, Videos, Berichte oder Kollagen) an die Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung Bayern. Unter den besten Einsendungen werden wieder tolle Preise vergeben! Unverbindliche Anmeldungen sind bis zum 10. Oktober 2018 möglich.

Auch ein Angebot der bayerischen Apotheken steht wieder zur Verfügung: In Zusammenarbeit mit dem Wissenschaftlichen Institut für Prävention im Gesundheitswesen der Bayerischen Landesapothekerkammer (WIPIG) können Apothekerinnen und Apotheker an Ihrer Schule Vorträge halten oder Aktionen zum Thema Prävention und Gesundheitsförderung durchführen. Das WIPIG bietet im Rahmen des Projekts „Apotheke und Schule“ zahlreiche Materialien zu verschiedensten Themen an. Weitere Informationen finden Sie unter www.wipig.de (→ Materialien → Projekte → Apotheke und Schule) oder unter <http://www.wipig.de/materialien/projekte-downloads/item/apotheke-und-schule>. Von besonderem Interesse für die diesjährige „Woche der Gesundheit und Nachhaltigkeit“ sind vor allem die Schüler(innen)vorträge „Lass das Gras auf der Wiese“ und „Gesund schmeckt besser!“. Weitere Vortragsthemen können einem Flyer unter <https://www.wipig.de/archiv/item/apotheke-und-schule-flyer> entnommen werden.

Und auch die Bayerische Landesärztekammer unterstützt wie in den vergangenen Jahren mit ihrem Projekt „Arzt in der Schule“ die Woche der Gesundheit und Nachhaltigkeit: Im Rahmen dieses Projekts kommen Ärztinnen und Ärzte an die Schulen und halten Vorträge zu den Themen gesunde Ernährung, Rauchen, Diäten, Bewegung, Doping und Sexualmedizin. Interessierte Schulen können sich in Bezug auf Referenten direkt an die Ärztlichen Kreisverbände (<http://www.blaek.de/>) oder an die Bayerische Landesärztekammer (Dr. med. Ulrike Seider: u.seider@blaek.de) wenden.

Sehr geehrte Frau Schulleiterin, sehr geehrter Herr Schulleiter,

ich hoffe, Ihnen einige Anregungen für die Teilnahme Ihrer Schule an der Aktionswoche gegeben zu haben. Nutzen Sie diese Woche auch, passende Aktivitäten, die ohnehin über das Schuljahr verteilt erfolgen sollten, in dieser Woche zu bündeln, um die Ihnen anvertrauten Kinder und Jugendlichen zu motivieren, einen nachhaltigen und gesunden Lebensstil einzuüben!

Bereits jetzt danke ich Ihnen und Ihren Kollegien für Ihr Engagement!

Mit freundlichen Grüßen ...und: Bleiben Sie gesund!

Bernd Sibler