

# Stufenmodell Phase 2012–2017



# WieNGS

Wiener Netzwerk  
Gesundheitsfördernde Schulen

# WieNGS

## Stufenmodell

**Im Folgenden finden Sie die Beschreibung jener vier Stufen, in deren Rahmen Sie ab dem Schuljahr 2012/13 beim »Wiener Netzwerk Gesundheitsfördernde Schulen« (WieNGS) teilnehmen können. Die Ausführungen beschreiben jeweils die ideale Stufe 1, 2, 3 und 4.**

### **Finden Sie die optimale Stufe für Ihre Schule! Wir unterstützen Sie gerne dabei!**

Anhand dieser Beschreibungen soll es Ihnen möglich sein, Ihre Schule in einem ersten Schritt selbst einzustufen. Wir bitten, bei der Einschätzung durchaus kritisch zu sein, da es nur so möglich ist, Ihnen jene Unterstützungsangebote zukommen lassen, die Sie tatsächlich brauchen.

Sollten Sie unsicher sein, in welcher Stufe Sie gut aufgehoben sind oder sollten Sie »neu« im WieNGS sein, gibt es die Möglichkeit, einen standardisierten Workshop zur Standortbestimmung mithilfe eines sogenannten Gesundheitsradars in Anspruch zu nehmen, der von der Wiener Gebietskrankenkasse angeboten wird. Im Rahmen dieses Workshops wird im Team analysiert, wo die Schule steht, welche Handlungsempfehlungen bzw. Entwicklungspotenziale sich daraus ergeben und welche Stufe am besten für Ihre Schule passen würde. Sollten Sie Interesse an diesem Workshop haben, wenden Sie sich bitte an **schule@wgkk.at** oder **01/601 22-2108**. Für Schulen, die neu im Netzwerk sind, ist diese Standortbestimmung verpflichtend.

### **Über- oder Unterforderung muss nicht sein**

Nach Einordnung in eine der vier Stufen wird Sie innerhalb der nächsten 18 Monate ab Beitritt in das Netzwerk ein/e VertreterIn des WieNGS an Ihrer Schule besuchen, um mit Ihnen gemeinsam einen Blick darauf zu werfen, ob die selbst gewählte Einstufung passt oder ob evtl. eine andere Stufe besser passen würde. Natürlich steht es Ihnen selbst auch frei, sich zu Beginn jedes Schuljahres »neu« einzustufen, wenn dies von Bedarf ist. Dies kann z.B. dann sein, wenn aufgrund unvorhersehbarer Ereignisse keine Ressourcen an der Schule für das Netzwerk mehr frei sind und man daher auf eine niedrigere Stufe wechseln möchte. Aber auch der Wechsel auf eine höhere Stufe ist zu Beginn jedes Schuljahres möglich. Bitte teilen Sie uns mit, wenn das der Fall sein sollte. Gerne wird dann ein/e VertreterIn des WieNGS zu Ihnen an die Schule kommen, um die Situation zu besprechen. Damit wollen wir sowohl Über- als auch Unterforderungen vermeiden, da es uns sehr wichtig ist, dass jede Schule den bestmöglichen Nutzen aus dem WieNGS ziehen kann.

# Stufe 1

**Wir wollen Aspekte der Gesundheitsförderung kennen lernen und punktuell in unseren Schulalltag integrieren. Wir legen besonderen Wert auf das Unterrichtsprinzip der Gesundheitserziehung.**

**Ziele:**

- Wir greifen spezielle Themen der Gesundheitserziehung wie etwa Bewegung oder Gesunde Jause auf Initiative interessierter LehrerInnen punktuell auf.
- Wir planen einzelne Projekte und Vorhaben und setzen diese ohne besonderen Koordinierungsaufwand um.
- Wir leiten die SchülerInnen zu einem gesunden Verhalten an (Verhaltensänderung).
- Wir stellen das erworbene Know-how im Netzwerk wieder zur Verfügung.

**Beispiele:**

Gesundheits-/Projekttag, Tag des Apfels, Tag der Bewegung

**Zielgruppe:**

Die Maßnahmen richten sich vorwiegend an SchülerInnen.

**Um Stufe 1 Schule zu sein, müssen bereits im Vorfeld mindestens folgende Kriterien erfüllt sein:**

- Die Werte Gesundheit und Lebensqualität werden bewusst in schulische Erziehungsziele integriert.
- Gesundheitswissen und -kompetenzen werden in Unterrichtsinhalte und -prozesse automatisch eingefügt.
- Wissen und Kompetenzen für ein gesundes Leben und die Entwicklung der Lebenskompetenzen werden vermittelt.

**Verpflichtungen der Schulen:**

- Durchführung einer WieNGS-Gesundheitskonferenz
- Bekanntgabe einer Ansprechperson für das WieNGS (GesundheitskoordinatorIn)
- Unterzeichnung des WieNGS-Kooperationsübereinkommens

**WieNGS-Unterstützungsangebot:**

- Austauschmöglichkeit mit anderen Schulen im Rahmen der Jours fixes
- WieNGS-Fortbildungsangebote und Veranstaltungen zu Gesundheitsförderung und allen relevanten Sub-Themen an der PH Wien, die spezifisch auf die Bedürfnisse dieser Stufe zugeschnitten sind (keine Über- oder Unterforderung!)
- Website und Newsletter zur Information und Anregung für neue Schritte
- Möglichkeit zur Beantragung finanzieller Projektunterstützung (max. EUR 500 bei Erfüllung gewisser Qualitätskriterien)
- Kostenloser Workshop zur Standortbestimmung und Empfehlungen zur Weiterentwicklung in Bezug auf Gesundheitsförderung (Gesundheitsradar)

# Stufe 2

## **Wir wollen Gesundheitsförderung als einen wichtigen Teil unseres Schulalltags definieren und zielgerichtet verschiedene Aktivitäten planen und umsetzen.**

### **Ziele:**

- Gesundheitsförderung ist permanenter Bestandteil unseres Unterrichts und unseres Schulalltags. Neben der physischen Gesundheit (Bewegung, Ernährung, psychosoziale Gesundheit) legen wir besonderen Wert auf hirngerechtes Lernen und die Entwicklung von Sozialkompetenz.
- Wir arbeiten an der Umsetzung des umfassenden Begriffs von Gesundheit der WHO, etwa im Rahmen von Gesundheitskonferenzen.
- Wir planen Maßnahmen zur Gesundheitsförderung und setzen diese im Sinne des Modells und der Prinzipien der »Gesunden Schule« um.
- Wir fördern das gesunde Verhalten der SchülerInnen und der LehrerInnen durch die Veränderung der Verhältnisse und unterstützen diese (Verhältnisänderung).
- Wir planen einzelne Projekte und Vorhaben. Ein(e) KoordinatorIn für Gesundheitsförderung an der Schule führt diese gemeinsam mit einem Team durch und stimmt diese im Rahmen der Konferenz mit dem Kollegium ab.
- Wir halten die gemachten Erfahrungen fest und entwickeln uns weiter.
- Das erworbene KnowHow stellen wir im Netzwerk wieder zur Verfügung.

### **Beispiele:**

Bewegte Pause, Gesunde Jause, Bewegungs- und Ruhezeiten, Veränderung des Schulbuffets, KonfliktlotsInnen bzw. Peer MediatorInnen

### **Zielgruppe:**

Die Maßnahmen richten sich an SchülerInnen, LehrerInnen und DirektorInnen. Wenn es sinnvoll erscheint, werden auch die Eltern miteinbezogen.

### **Um Stufe 2 Schule zu sein, müssen bereits im Vorfeld mindestens folgende Kriterien erfüllt sein:**

- Die Werte Gesundheit und Lebensqualität werden bewusst in schulische Erziehungsziele integriert.
- Gesundheitswissen und -kompetenzen werden in Unterrichtsinhalte und -prozesse automatisch eingefügt.
- Wissen und Kompetenzen für ein gesundes Leben und die Entwicklung der Lebenskompetenzen werden vermittelt.
- Wissen und Kompetenzen für ein gesundes Bewegungsverhalten werden vermittelt bzw. verschiedene Bewegungsangebote werden entwickelt und niederschwellig angeboten.
- Das Ernährungsbewusstsein in der Organisationskultur wurde etabliert, zudem werden gesunde Ernährungsangebote entwickelt und niederschwellig angeboten.
- Wissen und Kompetenzen für umwelt- und sicherheitsrelevantes Verhalten werden vermittelt.
- Kompetenzen für Gesundheitsförderung werden durch Fort- und Weiterbildung entwickelt.
- An der Schule ist ein/e GesundheitskoordinatorIn vorhanden.

### **Verpflichtungen der Schulen:**

- Durchführung einer WieNGS-Gesundheitskonferenz
- Teilnahme an den WieNGS-Jours fixes
- Teilnahme an der WieNGS-Evaluation
- Unterzeichnung des WieNGS-Kooperationsübereinkommens
- Nennung einer Ansprechperson (GesundheitskoordinatorIn)  
(mind. 2–3 Personen)

### **WieNGS-Unterstützungsangebot:**

- Austauschmöglichkeit mit anderen Schulen im Rahmen der Jours fixes
- Begleitung und Beratung bei Planung und Durchführung von Maßnahmen durch ExpertInnen des WieNGS
- Bei Bedarf laufende Begleitung durch eine/n OrganisationsentwicklungsberaterIn am Standort (max. Kontingent pro Schule: 10 Stunden pro Schuljahr)
- Möglichkeit der Beantragung finanzieller Projektunterstützung (max. EUR 1.000 bei Erfüllung gewisser Qualitätskriterien)
- WieNGS-Fortbildungsangebote und Veranstaltungen zu Gesundheitsförderung und allen relevanten Sub-Themen an der PH Wien, die spezifisch auf die Bedürfnisse dieser Stufe zugeschnitten sind (keine Über- oder Unterforderung!)
- Website und Newsletter zur Information und Anregung für neue Schritte

# Stufe 3

**Wir verstehen Gesundheitsförderung als Teil und Grundlage für einen Entwicklungsprozess der gesamten Schule, um die Arbeits- und Lebensqualität aller am Schulleben beteiligten Personen langfristig zu erhöhen.**

**Ziele:**

- Gesundheitsförderung ist Teil und Grundlage des Entwicklungsprozesses unserer gesamten Schule. Unser Ziel ist es, die Arbeits- und Lebensqualität aller am Schulleben beteiligten Personen langfristig und nachhaltig zu erhöhen.
- Wir entwickeln unsere Schule durch Organisationsentwicklung zu einer leistungs- und gesundheitsfördernden Institution (Settingänderung).
- Unter Einbindung aller betroffenen Personen starten wir als ganze Organisation einen umfassenden Entwicklungsprozess in Richtung »Gesunde Schule«, der auf den Grundlagen von Organisationsentwicklung und Projektmanagement beruht und der durch ein Team gesteuert wird, das von allen, besonders von der Schulleitung, unterstützt wird.
- Ein Planungs- und Koordinationsteam an unserer Schule entwickelt Konzepte und Vorschläge für einen maßgeschneiderten Prozess mit dem Ziel der »Gesunden Schule«.
- Wir planen Maßnahmen ganzheitlich und nachhaltig und setzen diese im Sinne des Modells und der Prinzipien der »Gesunden Schule« um.
- Wir halten die gemachten Erfahrungen fest und entwickeln diese weiter.
- Wir stellen das erworbene Know-how im Netzwerk wieder zur Verfügung.

**Beispiele:**

Gesundheitsförderliche Gestaltung von Prozessen, Übernahme der Gesundheitsförderung in das Leitbild der Schule und entsprechendes Sichtbarmachen für alle.

**Zielgruppe:**

Alle am Schulleben beteiligten Personen werden einbezogen.

**Um Stufe 3 Schule zu sein, müssen bereits im Vorfeld mindestens folgende Kriterien erfüllt sein:**

- Werte wie Gesundheit und Lebensqualität werden bewusst in die Erziehungsziele integriert.
- Gesundheitswissen und -kompetenzen werden in Unterrichtsinhalte und -prozesse automatisch eingefügt.
- Wissen und Kompetenzen für ein gesundes Leben und die Entwicklung der Lebenskompetenzen werden vermittelt.
- Das Bewegungsbewusstsein in der Organisationskultur wurde etabliert, zudem werden Bewegungsangebote entwickelt und niederschwellig angeboten.
- Das Ernährungsbewusstsein in der Organisationskultur wurde etabliert, zudem werden gesunde Ernährungsangebote entwickelt und niederschwellig angeboten.

- Wissen und Kompetenzen für umwelt- und sicherheitsrelevantes Verhalten werden vermittelt.
- Die Schulkultur und die interne/externe Kommunikation werden bewusst gesundheitsfördernd gestaltet.
- Kompetenzen für Gesundheitsförderung werden durch Fort- und Weiterbildung entwickelt.
- Die SchulpartnerInnen werden in die Gesundheitsförderung einbezogen.
- Die Gesundheitsförderung wird in die Schulentwicklung und in das Qualitätsmanagement eingebettet.
- An der Schule sind ein/e GesundheitskoordinatorIn und ein Gesundheitsteam vorhanden, die von der Schulleitung unterstützt werden.

#### **Verpflichtungen der Schulen:**

- Durchführung einer WieNGS-Gesundheitskonferenz
- Teilnahme an den WieNGS-Jours fixes
- Teilnahme an der WieNGS-Evaluation
- Unterzeichnung des WieNGS-Kooperationsübereinkommens
- Entwicklung einer WieNGS-Jahresplanung
- Nennung einer Ansprechperson (GesundheitskoordinatorIn) und eines Gesundheitsteams (mind. 2–3 Personen)

#### **WieNGS-Unterstützungsangebot:**

- Austauschmöglichkeit mit anderen Schulen im Rahmen der Jours fixes
- Begleitung und Beratung bei Planung und Durchführung von Maßnahmen durch ExpertInnen des WieNGS
- Bei Bedarf laufende Begleitung durch eine/n OrganisationsentwicklungsberaterIn am Standort (max. Kontingent pro Schule: 15 Stunden pro Schuljahr)
- Möglichkeit der Beantragung finanzieller Projektunterstützung (max. EUR 1.000 bei Erfüllung gewisser Qualitätskriterien)
- WieNGS-Fortbildungsangebote und Veranstaltungen zu Gesundheitsförderung und allen relevanten Sub-Themen an der PH Wien, die spezifisch auf die Bedürfnisse dieser Stufe zugeschnitten sind (keine Über- oder Unterforderung!)
- Website und Newsletter zur Information und Anregung für neue Schritte
- Möglichkeit zur Umstufung in Stufe 4 bzw. in die Nachhaltigkeitsstufe und somit Möglichkeit zur Zertifizierung als »Gesunde Schule«.

# Stufe 4

## Nachhaltigkeitsstufe

**Wir haben unsere Form des Zugangs zu Gesundheitsförderung gefunden und sind eine gute »Gesunde Schule«. Wir haben vom Angebot des WieNGS reichlich profitiert und möchten unser Wissen nun an »junge« WieNGS-Schulen weitergeben und gleichzeitig auch weiterhin »am Ball bleiben«.**

### **Ziele:**

- Wir tragen aktiv unser Wissen über Gesundheitsförderung in andere Schulen und erweitern dadurch gleichzeitig auch unsere Kompetenzen und Erfahrungen mit Gesundheitsförderung.
- Wir bleiben trotz Erreichung eines gewissen »ExpertInnen-Status« weiterhin informiert, können von den Weiterbildungsangeboten profitieren und unser Know-how auf diese Weise kontinuierlich erweitern.
- Wir tragen zur Öffentlichkeitsarbeit von WieNGS bei und helfen mit, Gesundheitsförderung in Wien weiter zu etablieren.

### **Um Stufe 4 Schule zu sein, müssen bereits im Vorfeld mindestens folgende Kriterien erfüllt sein:**

- Mindestkriterien von Stufe 3, plus zusätzlich:
- Übernahme des Themas Gesundheitsförderung in das Schulleitbild und in das Schulprogramm bzw. Gesundheitsförderung als Teil der Schulentwicklung
- Aktive Präsenz im WieNGS in den letzten drei Jahren
- Funktionierendes Gesundheitsteam mit regelmäßigen Treffen in der Kleingruppe und regelmäßige Einbindung der gesamten Schule
- Aktive Partizipation aller SchulpartnerInnen
- Mitglieder des Gesundheitsteams haben eine Fortbildung zum Thema Gesundheitsförderung und Projektmanagement absolviert
- An der Schule sind Richtlinien in zumindest drei der folgenden Bereiche vorhanden:
  - gesunde Ernährung
  - Bewegung
  - Alkohol, Rauchen
  - Erste Hilfe
  - Sozialer Umgang bzw. psychosoziale Gesundheit
  - Mülltrennung
  - SchülerInnenpartizipation
  - Umgang mit sozial benachteiligten Gruppen



**Im Folgenden finden Sie weitere Kriterien, die eine Schule optimalerweise erfüllen soll, um in Stufe 4 des WieNGS teilzunehmen:**

- Die Seminarreihe Gesundheitspädagogik und -management an der PH Wien oder eine vergleichbare Ausbildung wurden absolviert.
- Eltern und das nicht unterrichtende Personal werden aktiv in die Gesundheitsförderungsaktivitäten an der Schule eingebunden.

**WieNGS-Unterstützungsangebot:**

- Austauschmöglichkeit mit anderen Schulen im Rahmen der Jours fixes
- Möglichkeit der Beantragung finanzieller Projektunterstützung (max. EUR 1.000 bei Erfüllung gewisser Qualitätskriterien), wenn ein individueller Beitrag für das Netzwerk geleistet wurde. Dies kann z.B. sein:
  - Verfassen eines Artikels für den Newsletter
  - Beratung/Mentoring einer Schule auf Stufe 1, 2 oder 3 im Mindestumfang von drei Stunden mit entsprechender Dokumentation für das WieNGS
  - Inhaltliche Gestaltung eines WieNGS-Jour fixe für eine andere Stufe
  - Vortragstätigkeit im Rahmen eines Jour fixe oder der Jahrestagung zu einem selbst gewählten Thema
- WieNGS-Fortbildungsangebote und Veranstaltungen zu Gesundheitsförderung und allen relevanten Sub-Themen an der PH Wien
- Website und Newsletter zur Information und Anregung für neue Schritte
- Keine verpflichtende Teilnahme an den WieNGS-Jours fixes
- Aktives Mitspracherecht bei den Entscheidungen der WieNGS-Steuergruppe im Rahmen eines jährlichen Treffens
- Ausführliche Darstellung der Schule auf der WieNGS-Website
- Kostenloses SCHILF (schulinterne LehrerInnenfortbildung) zum Thema »Öffentlichkeitsarbeit«
- Dank und Anerkennung durch den Stadtschulrat für Wien für alle Mitglieder des Gesundheitsteams
- Möglichkeit zur Zertifizierung als »Gesunde Schule«
- Unterstützung bei der Beantragung einer Förderung beim Fonds Gesundes Österreich (Fördermöglichkeit in der Höhe von über EUR 5.000).

# Glossar

## **Gesundheitsförderung (Health Promotion)**

Politische, ökonomische, soziale, kulturelle, biologische sowie Umwelt- und Verhaltensfaktoren können der Gesundheit zuträglich sein oder sie auch schädigen. Gesundheitsförderndes Handeln zielt auf einen Prozess, allen Menschen ein höheres Maß an Selbstbestimmung über ihre Gesundheit zu ermöglichen und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen. Einzelne, aber auch Gruppen sollen ihre Bedürfnisse befriedigen dürfen, ihre Wünsche und Hoffnungen wahrnehmen und verwirklichen sowie ihre Umwelt meistern bzw. verändern können.

### **Gesundheitsförderung beinhaltet:**

- Die Entwicklung einer gesundheitsfördernden Gesamtpolitik
- Die Schaffung gesunder Lebenswelten
- Die Unterstützung gesundheitsbezogener Gemeinschaftsaktionen
- Die Entwicklung persönlicher Kompetenzen
- Die Neuorientierung der Gesundheitsdienste

Quelle: Weltgesundheitsorganisation (WHO). 1986. Ottawa Charta for Health Promotion.

## **Wiener Netzwerk Gesundheitsfördernde Schulen (WieNGS)**

Das WieNGS unterstützt gesundheitsfördernde Aktivitäten und Projekte an Wiener Schulen und trägt dazu bei, die Schule als gesundheitsfördernde Einrichtung zu entwickeln und zu etablieren. Trägerinstitutionen des WieNGS sind:

- die Pädagogische Hochschule Wien,
- der Wiener Stadtschulrat ,
- die Wiener Gebietskrankenkasse und
- die Wiener Gesundheitsförderung – WiG.

## **WieNGS-Netzwerkkoordination**

Die WieNGS-Netzwerkkoordination ist an der PH Wien angesiedelt. Die/Der NetzwerkkoordinatorIn ist erste Ansprechperson für Schulen und koordiniert alle Belange des WieNGS.

## **WieNGS-Kooperationsübereinkommen**

Das WieNGS-Kooperationsübereinkommen wird zwischen der Schule und dem WieNGS (vertreten durch die Netzwerkkoordinationsstelle an der PH Wien) abgeschlossen. Der Vertrag regelt, dass sich die Schule zu den Prinzipien des WieNGS bzw. der Gesundheitsförderung bekennt. Zusätzlich wird im Kooperationsübereinkommen vermerkt, in welcher Stufe die Schule am WieNGS teilnimmt. Bei einer Umstufung wird dies erneut im Kooperationsübereinkommen vermerkt.

## **WieNGS-GesundheitskoordinatorIn**

Schulen, die dem WieNGS angehören, müssen pro Schule eine/n GesundheitskoordinatorIn ernennen. Diese/Dieser soll die gesundheitsförderlichen Aktivitäten bzw. das Gesundheitsteam an der Schule koordinieren und ist Ansprechperson für alle Belange des WieNGS.

### **WieNGS-Jour fixe**

Pro Stufe veranstaltet das WieNGS mehrmals pro Schuljahr sogenannte Jours fixes, zu denen alle Schulen der jeweiligen Stufe eingeladen sind. Im Rahmen der Jours fixes werden Schulen über Neuigkeiten im Netzwerk informiert. Außerdem wird bei den Jours fixes viel Raum und Zeit für den gemeinsamen Austausch unter den Schulen geboten.

### **Gesundheitskonferenz**

Jede Schule des WieNGS muss eine Gesundheitskonferenz abhalten. An der Konferenz soll das gesamte Kollegium teilnehmen. Die Gesundheitskonferenz wird von einer/einem VertreterIn des WieNGS gestaltet und beinhaltet allgemeine Informationen zum Thema Gesundheitsförderung im Setting Schule und soll das gesamte Kollegium über das WieNGS informieren. Oberstes Ziel dieser Konferenz ist ein einheitliches Bekenntnis der Schule zum WieNGS.

### **WieNGS-Jahresplanung**

Die WieNGS-Jahresplanung ist ein Formular, das von Stufe 3 Schulen ausgefüllt und an die WieNGS-Netzwerkkoordinationsstelle übermittelt werden muss. In der Jahresplanung sind alle Aktivitäten zum Thema Gesundheit an der Schule festgehalten.

### **Evaluation des WieNGS**

Die Evaluation wird von einem Evaluationsteam am Ludwig Boltzmann Institute Health Promotion Research durchgeführt. Sie hat das Ziel, die Steuergruppe darin zu unterstützen, ihr Angebot für WieNGS-Schulen kontinuierlich zu verbessern. Es ist wünschenswert, dass sich möglichst viele Schulen an der Evaluation beteiligen und somit zur Verbesserung von WieNGS beitragen. Durch bestimmte Erhebungen der Evaluation können die WieNGS-Schulen direkt Feedback auf und Anregungen für ihre Arbeit bekommen.

