



# WieNGS

Wiener Netzwerk  
Gesundheitsfördernde Schulen

**2022–2027**

**STUFENMODELL**

**& GÜTESIEGEL**



© PID – David Bohmann



Schule gesund gestalten – das ist ein großes Thema und beinhaltet viele verschiedene Aspekte. Die Anforderungen im Schulalltag erschweren es oft, Visionen umzusetzen. Gemeinsam an diesen Visionen zu arbeiten, sich vernetzen und Hilfsmittel von außen zu erhalten – genau das leistet das „Wiener Netzwerk Gesundheitsfördernde Schulen – WieNGS“. Wir laden Sie herzlich ein, aktiv zu bleiben und an der Vision „Gesunde Schule“ gemeinsam zu arbeiten. Falls Ihre Schule noch nicht dabei sein sollte: Mitmachen zählt sich aus und ist durch das Stufenkonzept den Ressourcen entsprechend gut anpassbar.

**Peter Hacker** | Amtsführender Stadtrat für Soziales, Gesundheit und Sport

© Johannes Zinner



Das Wiener Netzwerk Gesundheitsfördernde Schulen ist eine Plattform, in deren Rahmen sich alle am Schulleben beteiligten Personen austauschen und voneinander lernen können. Die Schule nimmt eine wichtige Rolle in der Gesundheitsförderung ein. Alle, die dort lernen und arbeiten, können davon profitieren. Deshalb begrüße ich die Initiativen des Wiener Netzwerks Gesundheitsfördernde Schulen bei der Verwirklichung gesunder Ideen im Lebensraum Schule um eine ganzheitliche gesunde Entwicklung zu ermöglichen.

**Mag. Heinrich Himmer** | Bildungsdirektor für Wien

© CPA



Die Schule ist eine zentrale Lebenswelt – nicht nur für die Schülerinnen und Schüler, sondern auch für deren Eltern, Lehrerinnen und Lehrer sowie für die Schulleitung. Diese Umgebung als Chance für Gesundheitsförderung zu sehen, ist daher von großer Bedeutung. Darüber hinaus können Lernen und Wissensvermittlung dazu beitragen, die Gesundheitskompetenz zu steigern. Uns ist es wichtig, die Gesundheit aller Gruppen zu fördern, die am Schulleben beteiligt sind. Die ÖGK in Wien bietet daher Unterstützungsmöglichkeiten in Form von finanziellen Projektförderungen oder Beratungen an – zum einen über die eigene Service Stelle gesunde Schule, zum anderen durch das Wiener Netzwerk Gesundheitsfördernde Schulen. Wir sind stolz, Teil von WieNGS zu sein und unsere Netzwerkschulen gemeinsam mit den anderen Trägereinrichtungen zu begleiten. Über das Wachstum von WieNGS in den vergangenen Jahren freuen wir uns sehr und bedanken uns bei den Netzwerkschulen und unseren Partnerinnen und Partnern für die hervorragende Zusammenarbeit.

**Mario Ferrari und KommR Ing. Martin Heimhilcher** |

Vorsitzende des Landesstellenausschusses Wien | Österreichische Gesundheitskasse

© Florian Wieser



Gesundheit ist eine unabdingbare Voraussetzung für erfolgreiches Lernen. Als eine der Trägerinstitutionen des Wiener Netzwerk Gesundheitsfördernde Schulen (WieNGS) hat die Pädagogische Hochschule Wien daher das Ziel, Pädagoginnen und Pädagogen sowie Schulen im Bereich der Gesundheitsförderung zu unterstützen und die Schulen bei ihrer Weiterentwicklung ihrer qualitativ hochwertigen Konzepte und Maßnahmen der schulischen Gesundheitsförderung zu begleiten. Wir freuen uns auf weitere gute Zusammenarbeit.

**Mag. Ruth Petz** | Rektorin der pädagogischen Hochschule Wien

© Privat



Gesundheitsbewusstsein – also das Gefühl dafür, was uns gut tut und was nicht – ist eine wichtige Voraussetzung für ein Leben bei guter Gesundheit. Wir engagieren uns im Wiener Netzwerk Gesundheitsfördernde Schulen, weil wir Sie dabei unterstützen wollen, Ihren Schülerinnen und Schülern dieses Gespür zu vermitteln. Und weil wir davon überzeugt sind, dass die Lebenswelt Gesunde Schule ein wichtiger Baustein ist für ein gesundes Leben in einer gesunden Stadt!

**Dennis Beck** | Geschäftsführer der Wiener Gesundheitsförderung

© Klaus Ranger Fotografie



# WieNGS

## Einleitung

### **Gesundheitsförderung ist eine Grundlage für erfolgreiches Lernen. Wie definiert sich eine „Gesunde Schule“?**

„Gesundheit wird von Menschen in ihrer alltäglichen Umwelt geschaffen und gelebt, dort wo sie spielen, lernen, arbeiten und lieben.“ (Ottawa-Charta, WHO, 1986)

In der Ottawa-Charta wird erstmals dezidiert die Wichtigkeit der Lebenswelt für die Entwicklung und Förderung von Gesundheit festgehalten. Die Schule hat hier als „Setting“<sup>1</sup>, d. h. als Ort, an dem der Alltag von Menschen stattfindet, einen besonderen Auftrag. Die Förderung der Gesundheit wird nicht an bestimmten Fächern festgemacht und geht über die Weitergabe von Gesundheitswissen hinaus. Gesundheitsförderung versucht vielmehr, sowohl das Verhalten einzelner Personen und Gruppen als auch die Verhältnisse, in denen sich diese aufhalten, positiv zu verändern.

Eine zentrale Aufgabe der Schule der Zukunft ist – außer dem Lehren und Lernen – die Gestaltung des Settings Schule zu einem gesundheitsfördernden Lebensraum für alle dort Tätigen, also für Schüler\*innen, Lehrer\*innen und nicht unterrichtendes Personal. In der gesunden Schule ist es leichter und einfacher möglich, die Gesundheit und Leistungsfähigkeit zu erhalten, die Freude am Lehren und Lernen zu fördern und dadurch gute Leistungen zu erzielen.

Die HBSC-Studie<sup>2</sup> bestätigt, was Lehrer\*innen in ihrem Unterricht täglich erleben: Es besteht ein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Wohlbefinden der Schüler\*innen und deren Schulleistung, ebenso zwischen dem Ausmaß an Eigenverantwortlichkeit sowie den Möglichkeiten zur Mitgestaltung im Schulleben einerseits und dem Wohlbefinden der Schüler\*innen andererseits. Schüler\*innen fühlen sich in der Schule wohl, wenn sie Unterstützung durch ihre Lehrer\*innen, die Mitschüler\*innen und die Eltern erleben. Sozial integrierte Kinder fühlen sich wohler als wenig integrierte. Stress und Überforderung wirken sich negativ auf die Befindlichkeit aus – sowohl bei Schüler\*innen als auch bei Lehrkräften.

Eine wesentliche Grundlage für erfolgreiches Lernen ist die Motivation. Entgegen früheren Lehrmeinungen betont die moderne Hirnforschung, dass Motivation vorwiegend durch gelingende Beziehungen entsteht bzw. aufrechterhalten wird. Lernbereitschaft stellt sich dann ein, wenn die physiologischen und soziopsychologischen Grundbedürfnisse befriedigt werden. Die Sicherung dieser Grundbedürfnisse hat zentrale Bedeutung als Fundament für alle Lernprozesse. Sollen also Gesundheit und Wohlbefinden und die Leistungsbereitschaft von Schüler\*innen und Lehrer\*innen gestärkt werden, dann hat Schule die Aufgabe, ihr ursprüngliches Kerngeschäft – das kognitive Lernen und den messbaren, rationalen Wissenserwerb – durch ganzheitliches Lehren und Lernen, bei dem alle Sinne, Körper, Geist und Gefühle einbezogen werden, zu erweitern. Das ganzheitliche Lehren und Lernen unterstützt und fördert die Schüler\*innen bei der Entwicklung ihrer Persönlichkeit und ihrer Lebenskompetenzen.

1) Setting: Umfeld, Lebensraum, Lebenswelt

2) HBSC-Studie: „Health Behaviour in School-aged Children“ ist eine regelmäßig wiederholte Studie der WHO, die den Gesundheitszustand und das Gesundheitsverhalten von 11-, 13- und 15-jährigen SchülerInnen sowie den Einfluss von Familie, Schule und Freundeskreis untersucht. (10. HBSC Studie vom Schuljahr 2017/18)

# Prinzipien der schulischen Gesundheitsförderung

Schulische Gesundheitsförderung kann ihr Ziel „Gesunde und zufriedene Schüler\*innen und Lehrer\*innen“ nur dann erreichen, wenn nachstehende Prinzipien (Erfolgsfaktoren) beachtet werden:

## **Verhalten & Verhältnisse (Ganzheitlichkeit)**

Durch die Stärkung persönlicher und sozialer Kompetenzen soll das körperliche, geistig-seelische und soziale Wohlbefinden verbessert werden. Gesundheitsförderliche Strukturen und Prozesse tragen wesentlich zur Gesundheit bei. Schulische Gesundheitsförderung berücksichtigt demnach in gleicher Weise individuelle und umfeldbezogene Aspekte.

## **Partizipation & Empowerment**

Durch die Einbindung aller im Setting Schule tätigen Personen sollen Betroffene zu Beteiligten werden, um dadurch die Möglichkeiten zur Ausschöpfung der vorhandenen Gesundheitspotenziale und zur Selbstbestimmung zu vergrößern.

## **Teamarbeit & Vernetzung**

Durch die Bildung eines Projektteams und die Öffnung der Schule nach außen sollen neue Ideen entwickelt werden. Regelmäßiger Informations- und Erfahrungsaustausch ermöglicht wechselseitiges Lernen.

## **Strukturierte Herangehensweise & Projektmanagement**

Diese ermöglichen dauerhafte und nachvollziehbare Prozesse und Ergebnisse. Dies wird üblicherweise durch die Einhaltung der Schritte des Projektkreislaufs sichergestellt (Bedarfsabklärung, Planung, Umsetzung, Reflexion & Evaluierung).

## **Nachhaltigkeit & Implementierung**

Durch die strukturelle Absicherung der Arbeit und die Verankerung von Gesundheitsförderung im Schulalltag wird das Schulleben nachhaltig beeinflusst und Gesundheit ein Querschnittsthema in der Schule.

## **Dokumentation & Öffentlichkeitsarbeit**

Durch die begleitende Dokumentation der Ideen und Aktivitäten können die Erfahrungen sowie Erfolge und Misserfolge innerhalb und außerhalb der Schule nutzbar gemacht werden. Evaluation bedeutet die kritische, analytische Interpretation gewonnener Informationen, das Ziehen von Schlussfolgerungen daraus und letztlich die Beurteilung und/oder Bewertung der Maßnahmen mit dem Ziel, diese zu verbessern.

## **Soziale Aspekte & Gender**

Durch die Berücksichtigung von Bedürfnissen unterschiedlicher Gruppen (z. B. Mädchen, Buben, Personen mit Migrationshintergrund, finanziell schwächer gestellte Personen) als Querschnittmaterie können die beschriebenen Faktoren einen nachhaltigen Beitrag zur Verbesserung des Gesundheitszustands aller Beteiligten leisten.

# WieNGS

## WIENER NETZWERK GESUNDHEITSFÖRDERNDE SCHULEN [www.wiengs.at](http://www.wiengs.at)

Das Wiener Netzwerk Gesundheitsfördernde Schulen (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 Bildungsdirektion für Wien (BDW), die Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK), die Pädagogische Hochschule Wien (PH Wien), und die Wiener Gesundheitsförderung (WiG). Die WieNGS Netzwerkkoordination ist an der PH Wien angesiedelt. Die/der Netzwerkkoordinator\*in ist erste Ansprechperson für Schulen und koordiniert alle Belange des WieNGS.

### **Das WieNGS schafft den Rahmen für die Umsetzung folgender Ziele mit und an den Netzwerk-Schulen:**

- Entwicklung eines ganzheitlichen Gesundheitsverständnisses, das körperliche, seelische und soziale Gesundheitsfaktoren im Zusammenhang mit Lernprozessen sieht
- Gestaltung der Organisation Schule zu einem gesunden Erfahrungs- und Lebensraum
- Förderung der aktiven Beteiligung der Schüler\*innen am Unterricht durch partizipative Unterrichtsmethoden
- Vermittlung von Kompetenzen wie fachlichen Kenntnissen und praktischen Fertigkeiten, die die Entwicklung einer gesundheitsfördernden Lebensweise unterstützen
- Förderung eines positiven Lernklimas in den Klassen und eines guten Arbeitsklimas im Kollegium
- Stärkung der Gemeinschaft in der Schule, Förderung der Elternmitarbeit, Einbindung von Personengruppen und Institutionen aus der Umgebung der Schule



## So wird Ihre Schule Teil des Netzwerks:

- Alle Wiener Schulen, unabhängig von Schulform, Größe und inhaltlichen Schwerpunkten, können Netzwerk-Schulen werden und im Netzwerk mitdenken und mitentwickeln.
- Sie wählen je nach Ressourcen, Kapazität und Interesse eine von 4 Stufen, die sich in der Intensität der Arbeit an der Schule und der Zusammenarbeit im Netzwerk unterscheiden (siehe WieNGS Stufenmodell). Der Einstieg ist auf Stufe 1 oder 2 möglich.
- Sie unterzeichnen das Kooperationsübereinkommen mit dem WieNGS (Netzwerkkoordination an der PH Wien). Im Übereinkommen wird geregelt, dass sich die Schule zu den Prinzipien des WieNGS bzw. der Gesundheitsförderung bekennt, und die Stufe, in welcher die Schule am WieNGS teilnimmt, vermerkt. (Eine ev. spätere Umstufung wird erneut im Übereinkommen vermerkt.)
- Sie wählen und nennen eine/n Gesundheitskoordinator\*in, die/der die gesundheitsförderlichen Aktivitäten bzw. das Gesundheitsteam an der Schule koordiniert und Ansprechperson für alle Angelegenheiten des WieNGS ist.
- Nach erfolgter Anmeldung als WieNGS Schule organisieren Sie eine Gesundheitskonferenz, an der idealerweise das gesamte Kollegium teilnimmt. Die Konferenz wird von einer Vertretung des WieNGS gestaltet und beinhaltet allgemeine Informationen zum Thema Gesundheitsförderung im Setting Schule und zum WieNGS. Oberstes Ziel ist ein einheitliches Bekenntnis der Schule zum WieNGS.
- Zusätzlich erhalten Sie wichtige Informationen zu verschiedenen Themen der schulischen Gesundheitsförderung und zu Neuigkeiten im Netzwerk bei den mehrmals pro Schuljahr veranstalteten WieNGS Jours fixes, zu denen alle Schulen je nach Stufe und Interessenschwerpunkt eingeladen sind. Die Jours fixes bieten auch viel Raum und Zeit für den gemeinsamen Austausch. Um die Angebote für WieNGS Schulen kontinuierlich zu verbessern, wird eine externe Evaluation des WieNGS durchgeführt. Durch die (freiwillige) Beteiligung Ihrer Schule an der Evaluation können Sie zur Verbesserung von WieNGS beitragen und auch direkt Feedback und Anregungen zu den Aktivitäten in Ihrer Schule bekommen.

Leistungen	WieNGS Stufe 1
<b>Einstieg – Stufenmodell</b>	Anmeldung   Gesundheitskonferenz Follow-up-Beratung
<b>Infomaterial</b>	Startermappe bei Eintritt Newsletter
<b>Besuch der Jours fixes (JF) und WieNGS Veranstaltungen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• allgemeines JF (Koordination)</li> <li>• JF themenbezogen</li> <li>• Jahrestagung</li> <li>• Anbieter*innenmarkt</li> <li>• Direktor*innen-Workshop (Dir.)</li> <li>• Forum (freiwillig)</li> </ul>
<b>WieNGS Unterstützungsstunden pro Schuljahr (z.B. Beratung, Lehrer*innenfortbildung)</b>	bis zu 5 Stunden
<b>Projektförderung pro Schuljahr</b>	max. EUR 500 + EUR 250 (Mini WieNGS)

# WieNGS-Stufenmodell

Das Besondere an WieNGS ist sein Stufenmodell mit derzeit 4 Stufen der Teilnahme. Der Einstieg als neue WieNGS Schule ist auf Stufe 1 oder 2 möglich.

Mit den nachfolgenden Beschreibungen der „idealen“ Stufen 1, 2, 3 und 4 sollte es Ihnen möglich sein, Ihre Schule in einem ersten Schritt selbst einzustufen. Seien Sie bitte bei der Einschätzung durchaus kritisch, 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, können Sie die von der ÖGK angebotene Standortbestimmung mithilfe eines sogenannten Gesundheitsradars in Anspruch nehmen. Wenn Ihre Schule neu im Netzwerk ist, wird Ihnen diese unbedingt empfohlen. Dabei 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. Bei Interesse an dieser Standortbestimmung wenden Sie sich an [schule-11@oegk.at](mailto:schule-11@oegk.at).

## Follow-up-Beratung

Innerhalb von 18 Monaten nach Ihrem Beitritt zum WieNGS besucht eine Vertretung des WieNGS Ihre Schule, um mit Ihnen gemeinsam zu überprüfen, ob die selbst gewählte Einstufung passt oder ev. eine andere Stufe besser wäre. Sie können sich auch selbst zu Beginn jedes Schuljahres umstufen, auf eine höhere Stufe oder auch eine niedrigere Stufe (z. B. wenn aufgrund unvorhersehbarer Ereignisse an der Schule keine Ressourcen für das Netzwerk mehr frei sind und man daher auf eine niedrigere Stufe wechseln möchte). Bitte teilen Sie uns mit, wenn das der Fall sein sollte. Gerne kommt eine Vertretung des WieNGS in Ihre Schule, 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.

WieNGS Stufe 2	WieNGS Stufe 3	WieNGS Stufe 4
Anmeldung   Gesundheitskonferenz Follow-up-Beratung   Gründung GF-Team	Umstufung Follow-up-Beratung   GF-Team	Umstufung – nach 3 Jahren in Stufe 3   Gütesiegelprozess   GF-Team
Startermappe bei Eintritt Newsletter	Newsletter	Newsletter
<ul style="list-style-type: none"> <li>• allgemeines JF (Koordination)</li> <li>• 1 x JF themenbezogen (Team)</li> <li>• Jahrestagung (Team)</li> <li>• Anbieter*innenmarkt (Team)</li> <li>• Direktor*innen-Workshop (Dir.)</li> <li>• Forum (Koordination)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• allgemeines JF (Koordination)</li> <li>• 1 x JF themenbezogen (Team)</li> <li>• Jahrestagung (Team)</li> <li>• Anbieter*innenmarkt (Team)</li> <li>• Direktor*innen-Workshop (Dir.)</li> <li>• Forum (Koordination)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• allgemeines JF (Koordination)</li> <li>• 1 x JF themenbezogen (Team)</li> <li>• Jahrestagung (Team)</li> <li>• Anbieter*innenmarkt (Team)</li> <li>• Direktor*innen-Workshop (Dir.)</li> <li>• Forum (Koordination)</li> </ul>
bis zu 15 Stunden	bis zu 20 Stunden	bis zu 25 Stunden
max. EUR 750 + EUR 250 (Mini WieNGS)	max. EUR 1.000 + EUR 250 (Mini WieNGS)	max. EUR 1.000 + EUR 250 (Mini WieNGS)

# 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 Lehrer\*innen punktuell auf.
- Wir planen einzelne Projekte und Vorhaben und setzen diese ohne besonderen Koordinierungsaufwand um.
- Wir leiten die Schüler\*innen zu einem gesunden Verhalten an (Verhaltensänderung).
- Wir stellen das erworbene Know-how im Netzwerk zur Verfügung.

## **Beispiele:**

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

## **Zielgruppe:**

Die Maßnahmen richten sich vorwiegend an Schüler\*innen.

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 (bei Neubeitritt zum WieNGS)
- Teilnahme an mindestens einem WieNGS Jour fixe pro Schuljahr
- Bekanntgabe einer Ansprechperson für das WieNGS (Gesundheitskoordinator\*in)
- Unterzeichnung des WieNGS Kooperationsübereinkommens

## **WieNGS-Unterstützungsangebot:**

- Austauschmöglichkeit mit anderen Schulen im Rahmen der Jours fixes
- Themenspezifische WieNGS Jours fixes
- WieNGS Unterstützungsstunden für Beratung, Fortbildung, Supervision, Teambildung etc. (max. Kontingent pro Schule: 5 Stunden pro Schuljahr)
- Möglichkeit zur Beantragung finanzieller Projektunterstützung (max. EUR 500 Projektförderung + EUR 250 Mini-WieNGS bei Erfüllung gewisser Qualitätskriterien)
- WieNGS Fortbildungsangebote und Veranstaltungen zu Gesundheitsförderung und allen relevanten Subthemen an der PH Wien, die spezifisch auf die Bedürfnisse dieser Stufe zugeschnitten sind (keine Über- oder Unterforderung!)
- Newsletter zur Information und Anregung für neue Schritte
- Bei Neubeitritt zum WieNGS: kostenlose Standortbestimmung und Empfehlungen zur Weiterentwicklung in Bezug auf Gesundheitsförderung (Gesundheitsradar und Gesundheitskonferenz)



## 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 Schüler\*innen und der Lehrer\*innen durch die Veränderung der Verhältnisse und unterstützen diese (Verhältnisänderung).
- Wir planen einzelne Projekte und Vorhaben. Ein(e) Koordinator\*in 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.
- Wir stellen das erworbene Know-how im Netzwerk zur Verfügung.

#### **Beispiele:**

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

#### **Zielgruppe:**

Die Maßnahmen richten sich an Schüler\*innen, Lehrer\*innen und Direktor\*innen. Wenn es sinnvoll erscheint, werden auch die Eltern einbezogen.

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 gibt es ein/e Gesundheitskoordinator\*in.

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

- Durchführung einer WieNGS Gesundheitskonferenz (bei Neubeitritt zum WieNGS)
- Teilnahme an den WieNGS Jours fixes
- Teilnahme an der WieNGS Evaluation
- Unterzeichnung des WieNGS Kooperationsübereinkommens
- Nennung eines/einer Gesundheitskoordinator\*in und eines Gesundheitsteams (mindestens 2–3 Personen)

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

- Austauschmöglichkeit mit anderen Schulen im Rahmen der Jours fixes
- Themenspezifische WieNGS Jours fixes
- WieNGS Unterstützungsstunden für Beratung, Fortbildung, Supervision, Teambildung etc. durch Expert\*innen des WieNGS

- WieNGS Unterstützungsstunden für Beratung, Fortbildung, Supervision, Teambildung etc. (max. Kontingenz pro Schule: 15 Stunden pro Schuljahr)
- Möglichkeit der Beantragung finanzieller Projektunterstützung (max. EUR 750 Projektförderung + EUR 250 Mini WieNGS bei Erfüllung gewisser Qualitätskriterien)
- WieNGS Fortbildungsangebote und Veranstaltungen zu Gesundheitsförderung und allen relevanten Subthemen an der PH Wien, die spezifisch auf die Bedürfnisse dieser Stufe zugeschnitten sind (keine Über- oder Unterforderung!)
- Newsletter zur Information und Anregung für neue Schritte
- Bei Neubeitritt zum WieNGS: kostenlose Standortbestimmung und Empfehlungen zur Weiterentwicklung in Bezug auf Gesundheitsförderung (Gesundheitsradar und Gesundheitskonferenz)

## 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 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 Gesundheitskoordinator\*in und ein Gesundheitsteam vorhanden, das von der Schulleitung unterstützt wird.

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

- Teilnahme an den WieNGS Jours fixes
- Teilnahme an der WieNGS Evaluation
- Unterzeichnung des WieNGS Kooperationsübereinkommens
- Entwicklung einer WieNGS Jahresplanung
- Nennung eines/einer Gesundheitskoordinator\*in und eines Gesundheitsteams (mindestens 2–3 Personen)

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

- Austauschmöglichkeit mit anderen Schulen im Rahmen der Jours fixes
- WieNGS Unterstützungsstunden für Beratung, Fortbildung, Supervision, Teambildung etc. durch Expert\*innen des WieNGS (max. Kontingent pro Schule: 20 Stunden pro Schuljahr)
- Möglichkeit der Beantragung finanzieller Projektunterstützung (max. EUR 1.000 Projektförderung + EUR 250 Mini WieNGS bei Erfüllung gewisser Qualitätskriterien)
- WieNGS Fortbildungsangebote und Veranstaltungen zu Gesundheitsförderung und allen relevanten Subthemen an der PH Wien, die spezifisch auf die Bedürfnisse dieser Stufe zugeschnitten sind (keine Über- oder Unterforderung!)
- Newsletter zur Information und Anregung für neue Schritte
- Möglichkeit zur Umstufung in Stufe 4 (Nachhaltigkeitsstufe) und zur Zertifizierung als „Gesunde Schule“ mit dem WieNGS Gütesiegel

## 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 „Expert\*innen-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.

### **Optimalerweise sollte die Schule auch folgende Kriterien erfüllen:**

- Die Seminarreihe Gesundheitspädagogik und -management an der PH Wien oder eine vergleichbare Ausbildung wurde 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
- WieNGS Unterstützungsstunden für Beratung, Fortbildung, Supervision, Teambildung etc. (max. Kontingent pro Schule: 25 Stunden pro Schuljahr)
- Möglichkeit der Beantragung finanzieller Projektunterstützung (max. EUR 1.000 Projektförderung + EUR 250 Mini WieNGS 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 3 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 selbstgewählten Thema.
- WieNGS Fortbildungsangebote und Veranstaltungen zu Gesundheitsförderung und allen relevanten Subthemen an der PH Wien
- Newsletter zur Information und Anregung für neue Schritte
- Aktives Mitspracherecht bei den Entscheidungen der WieNGS Steuergruppe im Rahmen eines jährlichen Treffens
- Darstellung der Schule auf der WieNGS Website
- Möglichkeit zur Zertifizierung als „Gesunde Schule“ mit dem WieNGS Gütesiegel

# WieNGS Gütesiegel

Das WieNGS Gütesiegel stellt ein nach außen sichtbares Zeichen dafür da, dass in einer Schule Konzepte und Maßnahmen der schulischen Gesundheitsförderung erfolgreich und nachhaltig Anwendung finden. Es wendet sich an alle Schulen, die umfassende Maßnahmen im Bereich der schulischen Gesundheitsförderung durchgeführt und bereits Schritte in Richtung nachhaltige Implementierung gesetzt haben. Die Qualitätskriterien für das WieNGS Gütesiegel wurden in einem längeren Entwicklungsprozess definiert und es wurde ein Fragebogen entworfen, der es Schulen ermöglicht, ohne großen Aufwand die Qualität ihrer schulischen Gesundheitspolitik selbst einzuschätzen. Damit wurden einheitliche Kriterien geschaffen und die Qualität schulischer Gesundheitsförderung nachvollziehbar und ihr Fortschritt vergleichbar gemacht. Die Beachtung der Qualitätskriterien bzw. der Prinzipien der Gesundheitsförderung ist entscheidend für die Zuerkennung des WieNGS Gütesiegels.

## **Einreichung und Zuerkennung:**

- Zur Einreichung berechtigt sind Stufe-3-Schulen, die bereit sind, in die Stufe 4 aufzusteigen.
- Erforderlich ist die vollständige Einreichung der folgenden Unterlagen: Antragsformular (Download unter [www.wiengs.at](http://www.wiengs.at)); quantitative Ist-Analyse; qualitative Ist-Analyse.
- Diese Unterlagen sind bei der WieNGS Netzwerkkoordination an der PH Wien per E-Mail einzureichen. Die Zusatzunterlagen zur Überprüfung der Kriterien werden vor Ort besichtigt.
- Entscheidend für die Zuerkennung des Gütesiegels ist die Begutachtung durch eine Fachjury anhand von Dokumenten, Besichtigungen und Interviews.
- Das Gütesiegel wird für eine Laufzeit von fünf Jahren verliehen. Danach kann die Schule den Antrag erneut stellen. Die Qualität der Gesundheitsförderung in der Schule ist dann ebenfalls neuerlich nachzuweisen.
- Die mit dem Gütesiegel ausgezeichneten Schulen erhalten für ihre Öffentlichkeitsarbeit eine Urkunde, eine Tafel und elektronisch ein entsprechendes Logo.

## **Quantitative Ist-Analyse**

Die Schulen müssen vor der Antragstellung eine quantitative Ist-Analyse durchführen und überprüfen, ob sie die Mindestpunktzahl für das WieNGS Gütesiegel erreichen. Dazu ist der quantitative Kriterienkatalog in einer Tabelle online auszufüllen. Es müssen insgesamt mindestens zwei Drittel aller Bewertungspunkte erreicht werden. Der Kriterienkatalog gliedert sich in vier Themenbereiche, in denen ebenfalls jeweils zwei Drittel der Punktzahl erreicht werden müssen:

- 1.** Lebensraum Klasse/Schule: medizinische Sicherheit, Schulräume, Schulumgebung, Pause, Bewegung, Ernährung, psychosoziale Gesundheit
- 2.** Lehren und Lernen: Unterricht, Didaktik, Pädagogik
- 3.** Schulpartnerschaft und Außenbeziehungen
- 4.** Schulmanagement/Professionalität/Personalentwicklung: Kommunikation, Entwicklung, Fortbildung für Lehrer\*innen, Projektmanagement, Prinzipien der Gesundheitsförderung

Es besteht die Möglichkeit, nicht katalogisierte Leistungen in den dafür vorgesehenen Leerzeilen anzuführen. Die Schule beurteilt die Erfüllung der quantitativen Kriterien anhand des Katalogs und belegt dies anhand von Dokumenten wie z. B. Jahresplanung, Schulleitbild, Projektberichten, Stundenplänen, Zertifikaten usw. Diese Dokumente dürfen nicht älter als zwei Jahre sein.



# Qualitative Ist-Analyse

Die qualitative Ist-Analyse erfolgt anhand des folgenden Fragenkatalogs. Dabei muss jede Frage beantwortet werden. Die einzelnen Punkte sollen möglichst prägnant und aussagekräftig mit beschreibenden Formulierungen beantwortet werden. Die jeweiligen Unterpunkte sind als Anhaltspunkte für die Beantwortung zu verstehen und können selbstverständlich ergänzt werden – Weglassen ist allerdings nicht möglich.

## 1. Welche schulischen Gesundheitsförderungsaktivitäten wurden bisher durchgeführt?

- Welche Maßnahmen wurden bisher gesetzt?
- In welchen Bereichen (Bewegung, Ernährung, psychosoziale Gesundheit, Rahmenbedingungen, Suchtprävention) wurden Maßnahmen durchgeführt?
- Welche Ziele sollten durch die Gesundheitsförderungsaktivitäten erreicht werden?
- Welche Maßnahmen wurden auf der Verhaltensebene (z. B. gemeinsame Zubereitung einer gesunden Jause, Bewusstmachung und gemeinsame Durchführung von Bewegungseinheiten, Durchführung von Gesprächskreisen zum „wertschätzenden Umgang“) und welche auf der Verhältnisebene (Schaffung von Rahmenbedingungen, wie z. B. Einführung von Gesprächsregeln, eines gesunden Jausenangebots Umgestaltung des Pausenhofs) durchgeführt?
- Welche Zielgruppen wurden damit erreicht (z. B. ausgewählte Klassen, alle Schüler\*innen, Lehrer\*innen, sonstige Bedienstete, Eltern)? Inwieweit wurden dabei die Zielgruppen in die Planung, Umsetzung und Evaluation eingebunden? Wie wird die Qualität sichergestellt? Inwiefern werden Prozesse und Maßnahmen evaluiert? Wo liegen Ihre „lessons learned“?

## 2. Ist im Zusammenhang mit der schulischen Gesundheitsförderung eine strukturierte Herangehensweise erkennbar?

### 2.1. Strukturierte Herangehensweise (z. B. Projektmanagementkreislauf)

- In welcher Form werden der Bedarf an Maßnahmen und die Bedürfnisse der im schulischen Alltag involvierten Personen erhoben?
- Werden Ziele formuliert?
- Werden auf Basis dieser Ziele Arbeitspläne erstellt?
- In welcher Form werden durchgeführte Maßnahmen bewertet?
- In welcher Form werden daraus Erkenntnisse gezogen?

### 2.2. In welcher Form erfolgt die Dokumentation?

## 3. In welcher Weise werden soziale Prozesse gestaltet und Bedürfnisse unterschiedlicher Personengruppen berücksichtigt?

### 3.1. Akzeptanz

- Wird Gesundheitsförderung auf einer breiten Ebene in der Schule akzeptiert?

### 3.2. Soziale Prozesse

- In welcher Form werden Entscheidungsprozesse gestaltet (z. B. Projektteam, Schulgemeinschaftsausschuss)?
- Welche Personengruppen wurden bei der Entwicklung/Planung von Maßnahmen eingebunden?
- Welche Personengruppen wurden bei der Durchführung von Maßnahmen eingebunden?
- In welcher Form sind Kommunikation und Kooperation zwischen Schulleitung, Koordinator\*innen und Schüler\*innen gestaltet?

### **3.3. Besondere Bedürfnisse**

- In welcher Form werden die Bedürfnisse bestimmter Gruppen berücksichtigt?  
(Denken Sie beispielsweise an unterschiedliche Bedürfnisse von Buben und Mädchen, an Personen mit Migrationshintergrund, an finanziell schwächer gestellte Personen usw.)

### **4. Wie finden Kooperation und Vernetzung statt?**

- In welcher Weise werden externe Personen/Institutionen (z. B. Expert\*innen, regionale Institutionen, Unternehmen) eingebunden oder regionale Strukturen berücksichtigt?
- Findet ein Austausch mit anderen Schulen statt?
- In welcher Weise wird der Austausch mit anderen Schulen zum Thema Gesundheitsförderung sichergestellt?

### **5. Welche Schritte werden zur dauerhaften Übertragung und Verankerung der Maßnahmen in den Schulalltag gesetzt?**

#### **5.1. Wie wird die Nachhaltigkeit auf der Prozessebene sichergestellt?**

- Gibt es fixe AnsprechpartnerInnen im Bereich der schulischen Gesundheitsförderung? Wie organisieren sich diese Personen?
- Ist Gesundheitsförderung im Leitbild der Schule (oder Ähnlichem) verankert?
- Gibt es ein Budget, das für Gesundheitsförderungsmaßnahmen reserviert ist?
- In welcher Weise erfolgt die Einbindung in den Schulalltag?  
(Denken Sie z.B. an: Vernetzung von Unterrichtsfächern und Schulstufen, Methodenvielfalt im Unterricht, Unterstützung von selbstbestimmtem und eigenverantwortlichem Handeln, des Schulklimas und Klassenklimas, Schulregeln.)

#### **5.2. Wie wird die Nachhaltigkeit auf der inhaltlichen Ebene (Ergebnisse) sichergestellt?**

- Welche Maßnahmen/Aktivitäten können langfristig sichergestellt werden?
- Welche Veränderungen sind in Bezug auf das Gesundheitsverhalten der SchülerInnen erkennbar?
- Welche Veränderungen sind im Schulalltag/Schulumfeld erkennbar?

#### **5.3. Ausblick in die Zukunft**

- Welche Aktivitäten und Strukturen sind für die Zukunft geplant?  
Denken Sie hier bitte an folgende Personengruppen: Schulleitung, Lehrer\*innen, Schüler\*innen, Eltern, Schulärzt\*in, sonstiges Schulpersonal, Schulerhalter usw.



Im Rahmen der Gesundheitsreform wurde von der Sozialversicherung und der Stadt Wien ein Landesgesundheitsförderungsfonds eingerichtet. Dieses Projekt wird daraus finanziert.

