



# LEBENSRAUM SCHULE

## Einladung Netzwerktreffen 2024

07. Mai 2024, Steiermarkhof, Graz



## Netzwerktreffen 2024

Eine Schule ist nicht nur Lern- und Arbeitsraum, sondern vor allem auch **Lebensraum** für Schülerinnen und Schüler sowie Pädagoginnen und Pädagogen.

Hier werden soziale Beziehungen geknüpft und gelebt, gemeinsame Werte entwickelt und Kompetenzen fürs weitere Leben erworben. Für alle in diesem bunten Lebensraum ist es wichtig, dass dieser gesundheitsförderlich und sicher gestaltet wird. Um als Pädagogin oder Pädagoge dabei selbst mitgestalten zu können, braucht es einerseits die Unterstützung von Seiten des Schulsystems, der Schulleitung, des Teams, aber natürlich auch die Unterstützung von außen.

Im Rahmen des **Netzwerktreffen Lebensraum Schule** erfahren Sie, welche **Möglichkeiten, Inputs, Impulse und Tipps** es seitens der Partnerorganisationen dieses Treffens gibt, um **Unterricht** oder **Schultage im Allgemeinen** gesundheitsförderlich und sicher zu gestalten.

Die AUVA, BD-Stmk, BVAEB, ÖGK, Styria vitalis und SVS sind seit Jahren kompetente Ansprechpartnerinnen und Begleiterinnen bei schulischen Gesundheits- und Sicherheitsfragen und **laden daher steirische Schulen ein**, sich hier auszutauschen und um voneinander zu lernen.

**Wir freuen uns auf Sie!**



# Programm

- 08:00–08:45 Uhr Ankommen und Registrierung  
Willkommenscafé und Frühstück
- 08:45–09:00 Uhr Beginn der Veranstaltung und Begrüßung
- 09:00–10:00 Uhr **Hauptvortrag und Diskussion**  
**Lukas Wagner**  
Unsere Kinder in der digitalen Welt  
Begreifen – Begleiten – Begrenzen
- 10:15–11:45 Uhr **1. Workshoprunde**  
**Auswahl aus 6 verschiedenen Workshops**  
Anmeldung vor Ort nach dem first come, first served-Prinzip
- 11:45–12:00 Uhr Pause
- 12:00–13:30 Uhr **2. Workshoprunde**  
**Auswahl aus 6 verschiedenen Workshops**  
Anmeldung vor Ort nach dem first come, first served-Prinzip
- 13:30–14:30 Uhr Mittagspause  
Bitte um Anmeldung für das Essen –  
bitte bei dem Anmeldungslink bereits angeben!
- 14:30–15:00 Uhr Verlosung und Abschluss



# Hauptvortrag

## Unsere Kinder in der digitalen Welt Begreifen – Begleiten – Begrenzen

Das Smartphone ist zum ständigen Begleiter von Kindern und Jugendlichen geworden. Die „digitale Generation“ kennt keine Welt mehr ohne ständige Vernetzung – für sie sind WhatsApp, Instagram oder TikTok immer Teil ihrer Lebenswelt gewesen. Oft haben Erwachsene das Gefühl keinen Einblick zu haben oder sind mit den dort auftretenden Problemen überfordert. Doch es ist möglich, Kinder in diese neue Welt zu begleiten und die dortigen Herausforderungen zu bewältigen. Gemeinsam werfen wir einen Blick hinter die Kulisse der neuen Medien.

Im Vortrag wird es um die Faszination digitaler Medien für Kinder, Nutzungszeiten, den aktuellen Stand der internationalen Forschung betreffend der Auswirkungen digitaler Medien auf Kinder sowie Möglichkeiten einer gemeinsamen, lebendigen Mediennutzung gehen.



© Lukas Wagner, MSc

**Lukas Wagner, MSc** ist Psychotherapeut in eigener Praxis, Lehrtherapeut, und Medienpädagoge. Er hält Workshops, Vorträge und Seminare zu den Auswirkungen digitaler Medien auf Kinder, Familie und Gesellschaft im Sozial- und Gesundheitsbereich sowie an Schulen und Bildungseinrichtungen.



# Workshop 1

## Unsere Kinder in der digitalen Welt Potential statt Panik

In diesem Workshop vertiefen wir den Input aus dem Eröffnungsvortrag. Wir werden uns Detailfragen zur Mediennutzung von Kindern und Jugendlichen ansehen, konkrete gesundheitliche Auswirkungen besprechen aber auch interaktiv Inhalte ausprobieren. Ziel ist es, pädagogische Interventionen für den Alltag zu entwickeln, welche sich leicht und flexibel anwenden lassen. Im Workshop wird auch ausreichend Platz für alle Ihre Fragen zum Thema Mediennutzung sein.



© Lukas Wagner, MSc

**Lukas Wagner, MSc** ist Psychotherapeut in eigener Praxis, Lehrtherapeut, und Medienpädagoge. Er hält Workshops, Vorträge und Seminare zu den Auswirkungen digitaler Medien auf Kinder, Familie und Gesellschaft im Sozial- und Gesundheitsbereich sowie an Schulen und Bildungseinrichtungen.

# Workshop 2

## Frauenpower: Frau werden, Frau sein und Frau verstehen – Ein Workshop nicht nur für Frauen

Lebensstil und Art und Weise, der Ernährung, wirken sich stark auf den Zyklus der Frau aus. Das allgemeine Wohlbefinden, aber auch Konzentration, Leistungsfähigkeit und die emotionale Stabilität können mit einfachen Maßnahmen positiv beeinflusst werden – von der sensiblen Zeit der Pubertät bis über die Wechseljahre hinaus. Ob für Ihre Schülerinnen, Ihre Kolleginnen oder einfach für Sie selbst: Es ist Zeit, das Wunder Frau verstehen zu lernen. In diesem Workshop beschäftigen wir uns mit folgenden Themen:

- „Zyklus und Hormone – ein ausgeklügeltes Werk der Natur“ – Zyklusphasen und biologische Vorgänge
- „Zyklusunregelmäßigkeiten und Menstruationsbeschwerden – muss das sein?“
- „Zyklusgerechte Ernährung und Lebensstil“
- „Die Frau im zweiten Frühling“ – alles über die Wechseljahre



© Lunatico

**Birgit Grieb** ist Diätologin bei der Österreichischen Gesundheitskasse und Mutter zweier Töchter. Frauengesundheit ist eines ihrer Herzensthemen, das sie sowohl in ihrer Arbeit im Rahmen der Gesundheitsförderung der ÖGK als auch in ihrer freiberuflichen Tätigkeit beschäftigt.

## Workshop 3

### „Happy teaching“

#### Tipps zur Förderung der Freude im Schulalltag

Pädagoginnen und Pädagogen sehen sich vielfältigsten schulischen Herausforderungen ausgesetzt, was die Freude am Unterrichten trüben kann, z.B. Leistungsdruck, straffer Lehrplan, Digitalisierung oder psychosoziale Belastungen der Schülerinnen und Schüler. Der schulische Alltag kann zuweilen sehr stressig sein.

Wie kann man sich bei all den herausfordernden Aspekten dennoch Möglichkeiten schaffen für einen Unterricht, der Freude macht? Was sind förderliche Maßnahmen? Wie kann man selbst dazu beitragen, dass Freude erhalten bleibt?



**MMag.<sup>a</sup> Simone Friesacher** ist Klinische- & Gesundheitspsychologin, Kinder-, Jugend- & Familienpsychologin, Traumatherapeutin, Arbeits- und Organisationspsychologin, Erziehungs- und Bildungswissenschaftlerin;  
Tätigkeitsfelder: GO-ON Suizidprävention Steiermark, in freier Praxis und „Team FREI“



**Mag.<sup>a</sup> Doris Reinwald** ist Klinische- und Gesundheitspsychologin, Psychotherapeutin (Verhaltenstherapie), Arbeits- und Organisationspsychologin, Psychotherapeutin, Kinder-, Jugend- und Familienpsychologin;  
Tätigkeitsfelder: Schulpsychologin/Bildungsdirektion für Steiermark, in freier Praxis und „Team FREI“

## Workshop 4

### „Die Schule mit anderen Augen sehen“

#### Präventive Maßnahmen bei Beschwerden durch Naharbeit

Naharbeit ist Schwerstarbeit für Augen und Gehirn. Fehlerhaft weitergeleitete visuelle Informationen überfordern das Gehirn und führen zu vielseitigen Beschwerden der Augen, aber auch zu ganzheitlichen Problemen. Der praxisorientierte Workshop schafft Bewusstsein für die Wichtigkeit der Augen und liefert zahlreiche ausgleichende Übungen für den Alltag, um das gesundheitliche Wohlbefinden und die schulische Leistungsfähigkeit zu steigern.



**Mag. Simon Mogg** absolvierte das Lehramtstudium Bewegung und Sport sowie Psychologie und Philosophie. Seit mehreren Jahren ist er als Visual- und Kognitionstrainer in Leistungssport und Bereichen der Gesundheitsförderung tätig.

## Workshop 5

### Wie können wir die Psyche junger Menschen stärken? – Was hat das mit Schule zu tun?

Psychische Erkrankungen beginnen oft im Jugendalter. Umso wichtiger sind deshalb wirkungsvolle Prävention und Gesundheitsförderung. Die Schule ist dafür ein idealer Ort. Die beiden Programme „Verrückt? Na und!“ und „Unsere verrückten Familien“ bringen das Thema psychische Gesundheit in die Schule. Sie zeigen einfache und wirksame Wege, wie SchülerInnen und Lehrkräfte gemeinsam Krisen meistern und die psychische Gesundheit stärken können, damit alle gut die Schule schaffen. Im Rahmen des Workshops werden die zwei Präventionsprojekte für SchülerInnen ab der 3. Klasse Volksschule vorgestellt und es werden Informationen zur psychischen Gesundheit von Jugendlichen vermittelt. Der Workshop ist interaktiv angelegt und es soll ausreichend Platz für Ihre Fragen und Anliegen sein.



© www.fotostix.at

**Radkohl Petra** ist Klinische- und Gesundheitspsychologin, Kinder-, Jugend- und Familienpsychologin, Projektkoordinatorin „Verrückt? Na und!“, „Unsere verrückten Familien“ sowie „Psychisch fit studieren“ und Regionalteamleitung GO-ON Suizidprävention Steiermark (Südoststeiermark und Fürstenfeld).

## Workshop 6

### Medikamentengabe und Erste Hilfe durch Lehrkräfte

Ziel des Workshops ist es die aktuellen rechtlichen Grundlagen zur Medikamentengabe durch Lehrkräfte zu kennen und an eigenen Fallbeispiele aus dem Schulalltag anwenden zu können.

Problemfälle werden diskutiert und Lösungsmodelle gemeinsam entwickelt.

In einem Aktiv-Teil können einfache und komplexe Erste Hilfe Szenarien (von Wundversorgung bis zur Wiederbelebung, Anwendung Epi-Pen, Defibrillator-Schulung) nach Erklärung praktisch geübt werden.



© Jugendrotkreuz Steiermark

**Melanie Summer, Bakk. phil.** ist Sozialpädagogin und Lehrbeauftragte für Erste Hilfe. Sie unterrichtet bereits seit über zehn Jahren Erste Hilfe im Rotes Kreuz, bildet auch neue Trainerinnen und Trainer für Erste Hilfe aus und arbeitet seit knapp zwei Jahren im Jugendrotkreuz Steiermark.



# Auf einen Blick

## Netzwerktreffen 2024

### Datum

Dienstag, 07. Mai 2024  
08:00–15:00 Uhr

### Veranstaltungsort

Steiermarkhof, Ekkehard-Hauer-Straße 33, 8052 Graz  
Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder mit dem Auto (Parkgebühr EUR 4,00/Tag) möglich



### Anmeldung

Wir bitten Sie um Anmeldung zur Veranstaltung unter  
<https://styriavitalis.at/angebote/netzwerktreffen-schule/>

Bitte um Anmeldung bis spätestens 15. April 2024.

**Dienstauftrag:** Um die Veranstaltung im Rahmen eines Dienstauftrages besuchen zu können, ist bitte eine rechtzeitige Meldung über den Dienstweg an die Bildungsdirektion Steiermark zu tätigen.

Mit der Teilnahme an der Veranstaltung erklären Sie Ihr Einverständnis zur Erstellung von Bildaufnahmen Ihrer Person im Rahmen der Veranstaltung sowie zur Verwendung und Veröffentlichung dieser Bilder im Rahmen der Berichterstattung über die Veranstaltung.

### Veranstalter und Organisation

#### Allgemeine Unfallversicherungsanstalt

Göstinger Straße 26, 8020 Graz, +43 5 93 93-33701, [www.auva.at](http://www.auva.at)

#### Bildungsdirektion für Steiermark

Körblergasse 23, 8011 Graz, +43 5 02 48-345, [www.bildung-stmk.gv.at](http://www.bildung-stmk.gv.at)

#### Österreichische Gesundheitskasse

Josef-Pongratz-Platz 1, 8010 Graz, +43 5 07 66 15-1731, [www.gesundheitskasse.at](http://www.gesundheitskasse.at)

#### Sozialversicherungsanstalt der Selbständigen

Körblergasse 115, 8010 Graz, +43 5 08 08-95 888, [www.svs.at](http://www.svs.at)

#### Styria vitalis

Marburger Kai 51, 8010 Graz, +43 316-82 20 94, [www.styriavitalis.at](http://www.styriavitalis.at)

#### Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau

Grieskai 106, 8020 Graz, +43 5 04 05-25740, [www.bvaeb.at](http://www.bvaeb.at)

