

Gesunde Volksschule

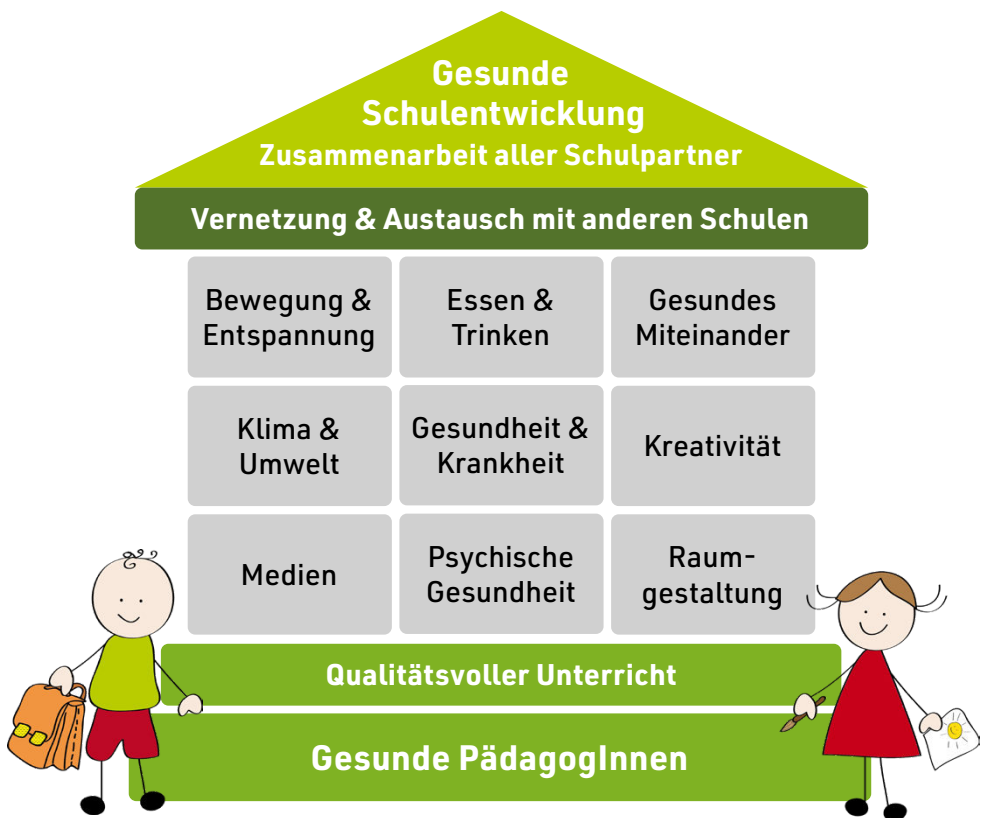
gemeinsam gestalten



Nähere Infos zu allen Angeboten auf
www.styriavitalis.at



Programm 2025/26



Styria vitalis unterstützt Sie beim „Hausbau“ mit Angeboten für PädagogInnen, SchülerInnen und Eltern.

Eine Übersicht aller Termine finden Sie hier:
 → https://padlet.com/styriavitalis_schule/gvs



INHALTSVERZEICHNIS

1	Zusammenarbeit mit Styria vitalis	
	AnsprechpartnerInnen & Ablauf der Zusammenarbeit	4
2	Gesunde Schulentwicklung	
	I. Angebote für PädagogInnen	
	Planung	6
	GET-Gesunde Entscheidungen treffen	7
	Gesundheitsbeauftragte: Schulung & Vernetzung	8
	Lebensraum Schule	9
	Zusammenarbeit mit den Eltern	9
	Kinder im Fokus	10
	II. Angebote für Eltern	
	Schulübergreifende Online-Elterninfo	12
	Elterninfo für Ihre Schule	13
3	Gesunde PädagogInnen	
	I. Workshops zu Entspannung & Resilienz, Teamgesundheit, Innere Sicherheit, Ernährung, Bewegung und Kreativität	16
	II. Jahresprojekt zur LehrerInnen-Gesundheit	18
4	Vernetzung & Austausch für PädagogInnen	
	Regionale Fortbildungen	19
	Online-Treffen	20
	Netzwerktreffen Gesunde Schule	20
	Seminare zu "Gesundem Führen"	20
	SCHÜLF-Angebote zu psychosozialer Gesundheit	21
5	Schulprojekte zur Gesundheitsförderung mit SchülerInnen	
	Projekte zu den Bausteinen des Gesunde Schule-Hauses	22
6	Gesunde Ernährung in der Volksschule	
	Verpflegungsleitbild & Optimierung der Mittagsverpflegung	23
7	Gesunde Zähne in der Volksschule	
	Gruppenprophylaxe & Elterninfo	24
	ReferentInnen & Kooperationspartner	25

1 Zusammenarbeit — mit Styria vitalis

Mit dem **Netzwerk Gesunde Schule** begleitet Sie das Team von Styria vitalis auf dem Weg zu einer Gesunden Schule. Unsere Partner sind unter anderem die Bildungsdirektion Steiermark, die beiden Pädagogischen Hochschulen, die Schulerhalter, die BfP sowie die Sozialversicherungsträger.



**Mag^a Drⁱⁿ
Inge Zelinka-Roitner**
Bereichsleitung Schule
0316 | 82 20 94-41
inge.zelinka-roitner@
styriavitalis.at



**Oliver Hueber
BEd**
Schulbegleiter
oliver.hueber@
styriavitalis.at



**Mag^a
Eva Maria Deutsch**
Schulbegleiterin
eva.deutsch@
styriavitalis.at



**Mag^a, MSc
Christina Kelz-Flitsch**
Schulbegleiterin
christina.kelz-flitsch@
styriavitalis.at



Mag^a Petra Di Noia
Schulbegleiterin
petra.dinoia@
styriavitalis.at



**Mag.
Patrick Palz**
Schulbegleiter
patrick.palz@
styriavitalis.at



**Hanna Hörtnagl
BSc, BA**
Schulbegleiterin
hanna.hoertnagl@
styriavitalis.at

Das Team "Gesunde Volksschule"
erreichen Sie telefonisch unter

0316 | 82 20 94-10

→ www.styriavitalis.at/team/

Zusammenarbeit heißt, in Verbindung zu bleiben, damit wir uns über die Weiterentwicklung der Gesundheitsförderung an Ihrer Schule austauschen können.



Beim Einstieg ins Netzwerk

1. Schriftliche **Anmeldung und Erstgespräch** mit der Schulleitung
2. Unterzeichnung der **Erklärung zur Zusammenarbeit** durch die Schulpartner
3. **Gesundheitskonferenz** mit dem Schulteam zum Kennenlernen des Netzwerks und zur Bedarfsplanung
4. Nominierung einer/eines **Gesundheitsbeauftragten** und Teilnahme am Schulungstermin
5. **Information der Eltern** über den Einstieg ins Netzwerk
6. SCHILF zu den **GET-Unterrichtsmaterialien Gesundheitskompetenz**

Jedes Schuljahr

Ein persönlicher Kontakt mit den SchulbegleiterInnen von Styria vitalis zur Besprechung der Gesundheitsförderungsschwerpunkte der Schule im jeweiligen Schuljahr

Beitrag zum Netzwerk in der Höhe von € 99.- pro Schuljahr

Nach 3 Jahren

Möglichkeit einer **Auszeichnung** nach 3-jähriger intensiver Auseinandersetzung mit Gesundheitskompetenz und Gesundheitsförderung

Verleihung der **Netzwerktafel Gesunde Schule** in feierlichem Rahmen

2 Gesunde Schulentwicklung

— Gesundheit als gemeinsames Ziel

Alle Beteiligten einigen sich auf gemeinsame Ziele und Visionen und verfolgen diese strukturiert. Styria vitalis unterstützt Sie dabei.



I. Angebote für PädagogInnen

■ Dauer: 2 bis 4 Stunden

■ Vor Ort in Ihrer Schule

■ Kostenlos, aber kontingentiert

oder online

O

auch online
möglich

1. Planung

Gesunde Schule –

Herzlich Willkommen!

Gemeinsame Erstellung
eines Welcome Guides für
(Jung-)LehrerInnen

Oliver Hueber

Jahresplanung zur Gesundheit

Unterstützung bei der Planung
von Gesundheitsschwerpunkten

O *SchulbegleiterIn von Styria vitalis*

Leitbildentwicklung für eine gesunde Schule

Durch gemeinsame Haltungen
Orientierung für den Alltag schaffen
SchulbegleiterIn von Styria vitalis

SEP und Gesundheit

Unterstützung bei Planung,
Reflexion und Evaluation von
Schulentwicklungsplänen (QMS)
SchulbegleiterIn von Styria vitalis

Übergänge gut gestalten

Workshop zur Transition
SchulbegleiterIn von Styria vitalis



2. GET-Gesunde Entscheidungen treffen

Wissen, Verstehen, kritisches Hinterfragen und Anwenden von Gesundheitsinformationen sind wesentliche Fähigkeiten, um sich gesund zu verhalten und gesunde Entscheidungen treffen zu können.

Die **GET-Materialbox** besteht aus Arbeitsmaterialien zu **11 Themen**:

- | | |
|-----------------------------------------|-----------------------------|
| 1. Bewegung | 6. Prävention/Versorgung |
| 2. Ernährung | 7. Psychosoziale Gesundheit |
| 3. Klima | 8. Pubertät |
| 4. Interkulturelle Gesundheitskompetenz | 9. Sexualität |
| 5. Medien | 10. Sicherheit |
| | 11. Zahngesundheit |

GET-Einführung in die Materialien und Methodik

Anwendung der Materialbox im Unterricht inklusive der Methode "Philosophieren mit Kindern".

🍎 *Styria vitalis*

SCHüLF-Online-Termin:

Mi 16. Oktober 2025

14.55 - 18.10 Uhr

Auch als **SCHiLF** für die eigene Schule buchbar!

➔ www.styriavitalis.at/gvs-get-einfuehrung/

GET - für interkulturelle Klassen

Vielfalt als Bereicherung

🍎 *Jaqueline Eddaoudi*

SCHüLF-Online-Termin:

Mi 5. November 2025

14.00 - 16.30 Uhr

➔ www.styriavitalis.at/gvs-rf-interkulturelle-klassen/

3. GBA-Gesundheitsbeauftragte

Schulung zum/zur Gesundheitsbeauftragten an Volksschulen

GBAs haben das Thema Gesundheitsförderung an ihrer Schule im Blick und planen gemeinsam mit der Schulleitung und dem Team Maßnahmen zur Verbesserung.

🔴 Inge Zelinka-Roitner

SCHÜLF-Online-Termin:

Di 4. November 2025

14.30 - 16.30 Uhr

➔ www.styriavitalis.at/gvs-gba/

Vernetzungstreffen für Gesundheitsbeauftragte

NEU!

Im Schuljahr 2025/26 wird es erstmals zwei Vernetzungstreffen für GBAs geben. Die Treffen finden im Frühjahr 2026 in Präsenz in zwei unterschiedlichen Regionen statt. Nähere Informationen folgen im Laufe des Schuljahrs auf der Styria vitalis-Homepage.

➔ www.styriavitalis.at/gvs-gba-vernetzung/

GBA-Schulungen zu inhaltlichen Schwerpunkten in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule

Psychoziale Gesundheit im Schulalltag

... thematisieren und stärken

Mi 22. Oktober 2025,

9.00 – 17.00 Uhr, Graz

Petra Di Noia

LehrerInnen-Gesundheit

Impulse für Gesundheitsbeauftragte

Do 20. November 2025,

9.00 – 16.30 Uhr, Graz

Eva Maria Deutsch

SchulRAUM gesund gestalten

Wie Schulinnen- und -außenräume das Wohlbefinden beeinflussen

Fr 13. März 2026,

9.00 – 16.30 Uhr, Graz

Christina Kelz-Flitsch

Anmeldung über PH-Online:

➔ www.ph-online.ac.at



4. Lebensraum Schule

Begrünte Schulen

NEU!

Klimafreundliche
Gestaltung von Schulgebäuden
Christina Kelz-Flitsch

FreiRAUM gestalten

Unterstützung bei der Planung,
Gestaltung und Nutzung von
Schulaußenflächen
Christina Kelz-Flitsch

Klimafreundliche Schule

Was kann unsere Schule zum
Klimaschutz beitragen?
○ *Anna Pribil*

Kultur, alles klar!

Andere Kulturen besser verstehen
und miteinander umgehen lernen
○ *Jaqueline Eddaoudi*

Raus ins Freie

Draußen unterrichten
Christina Kelz-Flitsch

Schule als bewegte Lernlandschaft

Bewegung in alle Bereiche des
Schullebens integrieren
Patrick Palz

SchulRAUM gestalten

Planung einer gesundheits-
förderlichen Raumgestaltung
Christina Kelz-Flitsch

5. Zusammenarbeit mit den Eltern

Elternzusammenarbeit

Möglichkeiten, Grenzen
und Methoden
SchulbegleiterIn von Styria vitalis

Herausfordernde Gespräche mit Eltern und Kindern führen

Gute Gespräche für gute
Beziehungen
Judith Albrecht

Mit Eltern gut reden können

Konflikte ansprechen und
Gespräche konstruktiv führen
Ulrike Cichocki

Vielfalt in der Elternarbeit

Eltern aus anderen Kulturen
gut erreichen
Jaqueline Eddaoudi

6. Kinder im Fokus

Alles digital?

Medienkompetenz und mentale Gesundheit stärken

Oliver Hueber

NEU!

BeziehungsWeise

Wie Spiegelneuronensysteme das Lernen unterstützen

Petra Di Noia und Eva Deutsch

Einheitlicher Umgang mit Konflikten

Mobbingprävention in der Schule

Anke Obermayer

Ermutigung zur Kooperation

Ergänzen statt Ausgrenzen

🔴 *Sabine Felgitsch oder Silke Grangl*

Game Over?

Über Chancen und Risiken von Computerspielen in der Pädagogik

🔴 *Markus Meschik*

Gemeinsam gegen Mobbing

Hilfreiche Strategien und Maßnahmen

🔴 *Simone Friesacher*

Gesunde Jause für alle

Strategieentwicklung zur Gesunden Jause

🔴 *Hanna Hörtnagl*

Gruppendynamik in herausfordernden Klassen

Gruppenkonstellationen erkennen, Interventionsstrategien umsetzen

Philomena Neubauer

Herausfordernde**SchülerInnen gut begleiten**

Ressourcenorientierte Einzelfallhilfe und sozialräumliche Unterstützungsmöglichkeiten

🔴 *Petra Di Noia*

Kann die Psyche krank werden?

Psychische Gesundheit und Erkrankung als Thema in der Institution Schule

🔴 *Petra Di Noia und Alima Matko*

Kinderbeteiligung in der Schule

Demokratie lehren & lernen

🔴 *Sabine Felgitsch*

Kinder in Krisensituationen stärken

Schule als sicherer und stabiler Ort für Kinder – auch in Krisen

🔴 *Petra Di Noia*

Körper, Liebe, Pubertät

Sexuelle Bildung in der Volksschule

Antonia Köck

Mädchen und Burschen - ganz gleich oder gleich viel wert?

SchülerInnen in ihrer Geschlechteridentität bestärken

Abenteuer Liebe

Risikoparcours

Den eigenen Körper durch Bewegungserfahrungen einschätzen lernen

Patrick Palz

Soziales Lernen

Der Grundstein für ein gelingendes Miteinander in der Schule

Simone Friesacher





II. Angebote für Eltern

- Dauer: 1,5 bis 2 Stunden
- Kostenlos, aber kontingentiert
Bei Interesse daher bitte rechtzeitig buchen!
- Vor Ort in Ihrer Schule und/oder online

O
auch online
möglich

1. Schulübergreifende ONLINE-Elterninfo

Zahngesundheit für Volksschulkinder

Mi 12. November 2025

Mi 26. November 2025

O *Andrea Goriupp*

Gesunde Schule – Kariert, liniert? Hauptsache gesund!

Do 6. November 2025

O *Eva M. Deutsch & Hanna Hörtnagl*

Winterfit – Wie können wir unsere Familie für die kalte Jahreszeit stärken?

Do 27. November 2025

O *Andrea Leger & Babara Riegler*

Digitale Kindheit: Orientierung zwischen Chancen und Risiken

Do 29. Jänner 2026

O *Oliver Hueber*

Entspannte Eltern – entspannte Kinder – Wie innere Ruhe das Familienleben stärkt

Do 12. März 2026

O *Christina Preßmair*

Mit Freude in die Schule – Eine gesunde Basis für einen guten Schulbeginn schaffen

Do 28. Mai 2026

O *Oliver Hueber*

Info & Anmeldung:

→ www.styriavitalis.at/gvs-online-elterninfo/

2. Elterninfo für Ihre Schule

Psychosoziale Gesundheit

Dem Glück und der Ermutigung auf der Spur

Was uns im Familienalltag glücklich macht und stärkt

🔴 Sabine Felgitsch

Entspannte Eltern – entspannte Kinder

NEU!

Wie innere Ruhe das Familienleben stärkt

🔴 Christina Preßmair

Entwicklung braucht Risiko

Wieviel Behütung braucht mein Kind?

🔴 Eva Maria Deutsch

Ermutigung zur Kooperation

Ergänzen statt Ausgrenzen

🔴 Sabine Felgitsch

Hilfe, mein Kind wird gemobbt!

Wie Eltern ihre Kinder unterstützen können

🔴 Anke Obermayer

Kinder in Krisensituationen gut begleiten

Wie Kinder in Krisen gut stärken?

Petra Di Noia

Mädchen und Burschen – ganz gleich oder gleich viel wert?

Mein Kind in seiner Geschlechtsidentität bestärken

🔴 Abenteuer Liebe

Mein Kind wird gemobbt – was tun?

Tipps für Eltern

🔴 Simone Friesacher

Sozial-emotionale Kompetenzen fördern

Selbstvertrauen, Eigeninitiative, Konfliktfähigkeit und Empathie fördern

🔴 Simone Friesacher

Was heißt denn Psyche?

Mit Kindern über psychische Gesundheit und Erkrankung reden

Petra Di Noia

Gesunde Ernährung

Dem Zucker auf der Spur

Zuckerfallen und -mengen erkennen

○ *Styria vitalis*

Essen für die Zukunft

Klimafreundliche Ernährung leicht gemacht

○ *Styria vitalis*

Gutes Bauchgefühl

Gesunde Ernährung durch intuitives Essen

○ *Hanna Hörtnagl*

Tarnen & Täuschen - Kinderlebensmittel unter der Lupe

Ein Blick hinter die Kulissen der Lebensmittelindustrie

○ *Styria vitalis*

Gesunde Bewegung

Gesundes Lernen durch Bewegung

Warum Bewegung Konzentration und Entspannung fördert

○ *Patrick Palz*

Klima & Umwelt

Klimafreundlich wohnen mit Kindern

Das Wohnumfeld mit einfachen Mitteln klima- und kindgerecht gestalten

○ *Christina Kelz-Flitsch*

Klimakommunikation mit Kindern

Empfehlungen aus der Klimapsychologie

○ *Anna Pribil*

Winterfit – Wie können wir unsere Familie für die kalte Jahreszeit stärken?

NEU!

Wirkungsvolle Maßnahmen aus den Bereichen Psychologie, Ayurveda und Kräuterkunde

○ *Andrea Leger & Barbara Riegler*

Umgang mit Medien

Digitale Kindheit

Orientierung zwischen Chancen und Risiken

NEU!

Oliver Hueber

Game over?

Chancen und Risiken von Computerspielen

🔴 *Markus Meschik*

Kinder in digitalen Lebenswelten

Wie können Eltern Kinder bei der Nutzung digitaler Medien gut begleiten?

🔴 *SI Academy*

Multikulturalität

Multikulturelle Schule

Was bedeutet das für mein Kind?

Jaqueline Eddaoudi

Zusammenarbeit mit der Schule

Gesunde Schule

Was kann ich als Elternteil dazu beitragen?

🔴 *SchulbegleiterIn von Styria vitalis*

Mit Freude in die Schule

Eine gesunde Basis für einen guten Schulbeginn schaffen

SchulbegleiterIn von Styria vitalis



Ansprechperson

Hanna Hörtnagl
0316 | 82 20 94-55
hanna.hoertnagl@styriavitalis.at

Haben Sie Fragen zu den Angeboten für Eltern?

3 Gesunde PädagogInnen

— Fundament einer gesunden Schule

- Workshops: 2 bis 4 Stunden
- Projekt LehrerInnen-Gesundheit: ca. 1 Jahr
- Kostenlos, aber kontingiert
Bei Interesse daher bitte rechtzeitig buchen!
- Vor Ort in Ihrer Schule oder online (SCHILF)

O
auch online
möglich



I. Workshops für PädagogInnen

1. Entspannung & Resilienz

Gelassen & sicher im Stress

Impulse für ein effektives
Stressmanagement

O *Eva Maria Deutsch*

Miniurlaub für die Seele

Entspannung und Auftanken
im Alltag

Silvia Adam-Scheucher

Resilienz stärken

Wege zu mehr psychischer
Widerstandskraft

O *Eva Maria Deutsch*

Stimmgesundheit

Deine Stimme (mit dir)
im Einklang

Sonja Pöschl

NEU!



2. Stärkung der Teamgesundheit

Im Dialog

Durch dialogische Gesprächskultur
Kooperation und Zuversicht
stärken

Eva Maria Deutsch

Gemeinsam bewegen

Spielerische Aufgaben
gemeinsam angehen

Thomas Plautz

LehrerInnen-Gesundheit im Fokus

Gesundheitsförderung am
Arbeitsplatz Schule

Eva Maria Deutsch

Teamkultur

... weil wir es uns WERT sind

Eva Maria Deutsch oder

Silvia Adam-Scheucher

3. Stärkung der inneren Sicherheit

Recht auf Risiko

Wie viel Risiko kann ich zulassen?

🍎 *Eva Maria Deutsch und*

Ulrike Cichocki

Risikobalance in unsicheren Zeiten

Herausforderungen mit innerer
Sicherheit begegnen

🍎 *Eva Maria Deutsch*

Von Klimaangst zur Klimaresilienz

Über Klimaängste sprechen und
eigene Haltungen und Emotionen
reflektieren

Anna Pribil

Werte

Leuchttürme in stürmischen Zeiten

🍎 *Silvia Adam-Scheucher*

4. Ernährung

Gemeinsam kochen im Team

Auf den Geschmack des einfachen, schnellen und dennoch frischen Zubereitens kommen

Styria vitalis

5. Bewegung

Durch Bewegung zu mehr Lebensqualität

Den Alltag als PädagogIn bewegter gestalten

Patrick Palz

6. Kreativität

Die Kunst des Ungeplanten

NEU!

Improvisation ist wie das Leben: Unvorhersehbar, aufregend und voller unerwarteter Wendungen.

Sonja Pöschl



Ansprechperson

Eva Maria Deutsch

0316 | 82 20 94-42

eva.deutsch@

styriavitalis.at



II. Jahresprojekt für PädagogInnen

LehrerInnen-Gesundheit

Den Arbeitsplatz Schule gemeinsam mit der Schulleitung und allen KollegInnen gesund gestalten. Ein Einflechten in den SEP bietet sich an.

Drei Varianten stehen zur Auswahl:

- mit qualitativer Erhebung
- mit quantitativer Erhebung
- mit dem Fokus Resilienzförderung

Eva Maria Deutsch

Haben Sie Fragen zu den Angeboten zur PädagogInnen-Gesundheit?

4 Vernetzung & Austausch

mit anderen Schulen

- Dauer: je nach Format
- Kostenlos (mit Ausnahme der BeKo-Coachinggruppen)
- Am angegebenen Ort bzw. online
- Gruppengröße: Mit Ausnahme der Online-Treffen gibt es bei den einzelnen Angeboten eine maximale TeilnehmerInnenzahl. Bei Interesse daher bitte rechtzeitig anmelden!

1. Regionale Fortbildungen

Stimme wirkt – gesund, klar und ausdrucksvoll unterrichten

Di 14. Oktober 2025,
14.00 – 17.00 Uhr, Graz
Sonja Pöschl

Herausfordernde Gespräche mit Eltern und Kindern führen

Mo 20. Oktober 2025,
14.30 – 17.30 Uhr,
St. Marein bei Neumarkt
Judith Albrecht

GET - für interkulturelle Klassen

Mo 5. November 2025,
14.00 - 16.30 Uhr, online
🔴 *Jaqueline Eddaoudi*

Meno@work: Frauengesundheit in der Lebensmittel

Mi 3. Dezember 2025,
16.30 - 17.45 Uhr, online
🔴 *Ursula Pueringer*

Leuchttürme des Lebens – Wie du als PädagogIn die HeldInnen von morgen stärkst

Di 27. Jänner 2026,
14.00 – 17.00 Uhr, Langenwang
Petra Lumu

Alles digital!? Medienkompetenz und mentale Gesundheit stärken

Mi 11. März 2026,
14.00 – 17.00 Uhr, online
🔴 *Oliver Hueber*

Krafttanken in der Natur: Selbstfürsorge als professionelles Handeln

Mo 10. Mai 2026,
9.00 - 17.00 Uhr, Weinitzen
Eva Maria Deutsch

➔ www.styriavitalis.at/rf-gvs/

2. Online-Treffen

Pro Jahr finden 4 bis 5 einstündige Treffen statt. Jedes Treffen ist einem Thema gewidmet, zu dem es einen inhaltlichen Input und auch genug Zeit für einen Erfahrungsaustausch zwischen den Schulen gibt. Die Termine und Inhalte werden zeitnah an die Schulen ausgeschickt.

→ www.styriavitalis.at/online-treffen-schule/

3. Netzwerktreffen Schule

Das Treffen für PädagogInnen verschiedener Schultypen findet **1x pro Jahr** in Kooperation von Styria vitalis, ÖGK, BVAEB, AUVA, SVS und Bildungsdirektion Steiermark statt.

Di 12. Mai 2026, Graz

→ www.styriavitalis.at/netzwerktreffen-schule/

4. Gesundes Führen

Die Seminare finden **1x pro Jahr** für Kindergarten-, Schul- und Lehrlingshausleitungen statt. Sie dauern von 9.00 - 17.00 Uhr.

Gesundes Führen I

Gesunde Selbst-Führung und Resilienz

Di 3. März 2026, Weinitzen

Eva Maria Deutsch

Gesundes Führen II

Gesunde MitarbeiterInnen-Führung und Teamentwicklung

Mo 23. März 2026, Weinitzen

Margit Bauer-Obomeghie

→ www.styriavitalis.at/gesund-es-fuehren-1/bzw.-2/bzw.-3/bzw.-4

Gesundes Führen III

Gesunde Gesprächsführung in schwierigen Situationen

Di 14. April 2026, Weinitzen

Gerald Höller

Gesundes Führen IV

Vertiefung zu Teil III

Di 24. März 2026, Weinitzen

Gerald Höller

5. Padlets zu regionalen psychosozialen Angeboten

Im Rahmen des **Projekts krisenFEST plus** erhalten PädagogInnen Informationen über den Themenbereich „Psychosoziale Gesundheit“ sowie zu praxisnahen Präventions- und Handlungsmöglichkeiten.



Für alle sieben Bildungsregionen wurden eigene padlets mit regionalen Veranstaltungen und Angeboten aufbereitet.

Hier geht´s zur Projektseite mit den sieben padlets:

→ www.styriavitalis.at/krisenfest-plus/

6. BeKo-Coachinggruppen

LehrerInnen bzw. SchulleiterInnen verschiedener Schultypen stärken in jeweils eigenen Coaching-Gruppen nach dem Freiburger Modell (Joachim Bauer) durch gelingende Beziehungsgestaltung ihre Arbeitszufriedenheit.

Ab **Herbst 2025** starten wieder neue Gruppen in Präsenz und online.

→ www.styriavitalis.at/beko/

7. ELLAplus-News

Der Newsletter richtet sich an alle steirischen Volks- und Mittelschulen. Er informiert über aktuelle Erkenntnisse, Möglichkeiten und Angebote zur Stärkung der psychosozialen Gesundheit in der Schule.

Hier geht´s zu den bisher erschienenen Ausgaben:

→ www.styriavitalis.at/ellaplus-news/

5

Schulprojekte

zur Gesundheitsförderung mit SchülerInnen

- **Projekthalt:** Angebote für SchülerInnen, PädagogInnen und Eltern
- **Projektdauer:** mehrere Monate bis zu einem Schuljahr
- **Projektbegleitung:** durch Styria vitalis
- **Abrechnung:** Je nach Leistungsumfang direkt zwischen der Schule und den ReferentInnen

Schulprojekte bieten die Möglichkeit, sich über einen längeren Zeitraum intensiv mit einem Gesundheitsförderungsthema auseinanderzusetzen. Styria vitalis arbeitet dazu mit externen ReferentInnen und Kooperationspartnern zusammen, die Erfahrung in der Zusammenarbeit mit Schulen haben.

Das Angebot an Schulprojekten umfasst thematisch die **Bausteine des Gesunde Schule-Hauses:**

- Bewegung & Entspannung
- Essen & Trinken
- Gesundes Miteinander
- Klima & Umwelt
- Kreativität
- Medien
- Psychische Gesundheit
- Raumgestaltung



Nähere Infos zu den Projekthalten und zu den ReferentInnen:

→ www.styriavitalis.at/volksschule-programm/

6 Gesunde Ernährung

in der Volksschule

Entwicklung eines Verpflegungsleitbildes

Wozu denn das?

Verpflegungsanbieter und Schulen sind bemüht, für Qualität zu sorgen. Es ist ihnen wichtig, dass der Speiseplan ausgewogen gestaltet ist, sich vegetarische Gerichte mit Fleischgerichten abwechseln und jeden Tag Gemüse angeboten wird.

Die PädagogInnen gehen als Vorbild voran, stupsen die Kinder an, Neues zu probieren und sorgen für eine angenehme Atmosphäre bei Tisch. Dennoch wissen zu wenige (Groß-) Eltern, BürgerInnen sowie Kinder und Jugendliche von diesen Bemühungen.

Lassen Sie uns gemeinsam in einem Verpflegungsleitbild niederschreiben,

- wer Sie sind,
- was Sie auszeichnet,
- was Ihnen am Herzen liegt
- und welche Werte und Einstellungen Ihnen wichtig sind.

Weitere Angebote zum Thema unter:

→ [www.styriavitalis.at/
gemeinschaftsverpflegung/](http://www.styriavitalis.at/gemeinschaftsverpflegung/)

Optimierung der Mittagsverpflegung

Ist die Mittagsverpflegung an Ihrer Schule immer wieder im Gespräch?

Weil Sie super funktioniert oder weil es Unzufriedenheit mit dem Angebot, Konflikte mit dem Verpflegungsanbieter oder Beschwerden der Eltern gibt? Egal, ein regelmäßiger, wertschätzender Dialog zwischen Schule und Verpflegungsanbieter lohnt sich!

Sollten Sie den initiieren oder einfach überprüfen wollen, ob der Speiseplan in Ihrer Schule den steirischen Empfehlungen für die Gemeinschaftsverpflegung entspricht, dann kontaktieren Sie uns!

Wir klären Ihr Anliegen und beraten bzw. begleiten Sie entsprechend Ihres Bedarfs.



Ansprechperson

Sabine Wallner
0316 | 82 20 94-70
sabine.wallner@
styriavitalis.at

7 Gesunde Zähne

in der Volksschule

Das Steirische Kariesprophylaxeprogramm von Styria vitalis bietet mit steiermarkweit rund **26 Zahngesundheitserzieherinnen** eine flächendeckende, altersadäquate Gruppenprophylaxe von der Kinderkrippe über den Kindergarten bis zur Volksschule und informiert auch die Eltern in Bezug auf ihre Rolle bei der täglichen Zahnpflege.

Gruppenprophylaxe

In allen Volksschulen gibt es jährlich 1 bis 2 Termine mit ausgebildeten Zahngesundheitserzieherinnen. Sie besprechen und üben mit den Kindern die richtige Zahnpflichtechnik und vermitteln altersentsprechende Informationen zum Zahnaufbau, zu zahngesunder Ernährung, zur Kariesentstehung und zum Zahnarztbesuch.



Gesunde Milchzähne sind wichtig ...

- für die Sprach- und Lautentwicklung,
- als Platzhalter für die zweiten Zähne
- und für ein schönes Lächeln.

Elterninfo

Begleitend zur Gruppenprophylaxe wird allen Volksschulen eine Elterninfo zur Zahngesundheit angeboten.

Besprochen werden **die vier Säulen der Kariesprophylaxe, die Rolle der Eltern** sowie Tipps in Bezug auf **zahngesundes Essen und Trinken**.

Möglich sind Vorträge bei Elternabenden, ein Infostand bei Elternsprechtagen oder Schulfesten sowie auch Online-Elterninfos inklusive einer Kurzeinheit für Kinder.

Die Grundlage für gesunde Zähne:

- die richtige Zahnpflege
- eine zahngesunde Ernährung
- der regelmäßige Zahnarztbesuch
- altersentsprechend fluoridierte Zahnpasta



Ansprechperson

Bernadette Jauschneg
0316 | 82 20 94-61
bernadette.jauschneg@styriavitalis.at

ReferentInnen

→ www.styriavitalis.at/referenten/



Mag^a Silvia Adam-Scheucher
Entspannungstraining,
Teamentwicklung



Mag^a Judith Albrecht, BEd
Gesprächsführung



Mag^a Margit Bauer-Obomeghie
Gesundes Führen,
Teamentwicklung



Bettina Brencic
Evolutionspädagogik



Drⁱⁿ Ulrike Cichocki
Risiko- und Rechts-
kompetenz, Konflikt-
management



Mag^a Eva Maria Deutsch
Gesundes Führen,
Resilienz, Risikopädagogik



Mag^a Jaqueline Eddaoudi
Interkulturelles Lernen
und Zusammenleben



Dipl. LSB Sabine Felgitsch
Ermutigungspädagogik,
Individualpsychologie



Ing. Helmut Fladenhofer
Waldpädagogik



MMag^a Simone Friesacher
Mobbingprävention,
Classroom Management



Andrea Goriupp, MSc BEd
Zahngesundheit



Mag. Wolfgang Göschl
Kindersportpädagogik,
Kinderolympiade



Silke Grangl
Ermutigungspädagogik,
Individualpsychologie



Mag. Richard Gratzei
Bewegung, Zirkusschule



Mag. Gerald Höller
Gesundes Führen



Hanna Hörtnagl, BSc BA
Ernährung



Oliver Hueber, BEd
Schuleingangsphase,
Medien



Anna Kahr
Tanz & Körpergefühl



Mag. Andreas Kebler
Musik & Kreativität



**Mag. Christina Kelz-
Flitsch, MSc**
Architekturpsychologie



Mareike Kirsch
Theater- und Kultur-
pädagogik



Antonia Köck, MA
Sexualpädagogik



**Mag. Karoline Kreimer-
Hartmann**
Umweltpädagogik



Mag. Andrea Leger
Kinder-, Jugend- und
Familienpsychologie



Mag. (FH) Petra Lumu
Sozialpädagogik



Markus Meschik, MA
Medienkompetenz



Philomena Neubauer
Gruppendynamik



Anke Obermayer
Mobbingprävention und
-intervention



Mag. Patrick Palz
Bewegung



Sandra & Johann Peham
Naturpädagogik



MMag. Thomas Plautz
Bewegung,
bewegte Schule



Sonja Pöschl
Stimmgesundheit,
Theater



Christina Preßmair
Stressmanagement,
Umgang mit Sozialen
Medien



Anna Pribil,
BEd, BSc, MSc, MA
Klima & Umwelt



Drin Ursula Pueringer
Frauengesundheit
in der Lebensmitte



Maga Barbara Riegler
Kräuterpädagogik



Michael Schaupert
Bewegung & Fallschule



Sibylle Schöppel
Yoga, Taekwondo und Tanz



Beatrice Strohmaier
Umweltpädagogik



**Maga Drin
Inge Zelinka-Roitner**
Schulungen Gesundheits-
beauftragte

KooperationspartnerInnen



= Bildungsdirektion
Steiermark



Pädagogische
Hochschule
Steiermark



PRIVATE
PÄDAGOGISCHE
HOCHSCHULE
AUGUSTINUM



BEZIRKSPÄDAGOGISCHES
ZENTRUM
STEIERMARK



Österreichisches
Zentrum für
Kriminalprävention

Nähere Infos & Fragen

— zu allen Angeboten

Sie interessieren sich für Angebote aus diesem Heft und hätten gerne nähere Infos zu den Inhalten oder zu den ReferentInnen? Dann werfen Sie am besten einen Blick auf unsere Homepage.

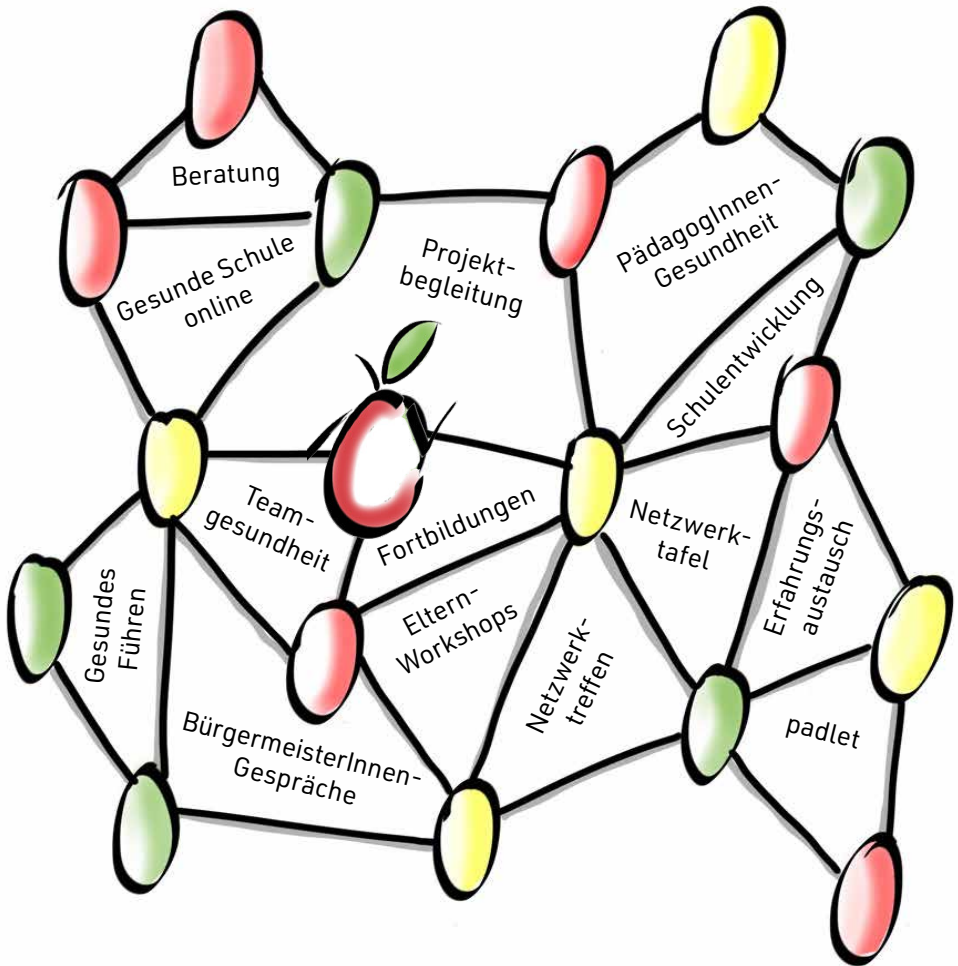


→ www.styriavitalis.at/volksschule-programm/

Für Detailfragen wenden Sie sich bitte an Ihre/n SchulbegleiterIn (siehe Seite 4).

Vorteile

— für Gesunde Schulen



→ www.styriavitalis.at/beratung-begleitung/volksschule/

Impressum

Herausgeber: Styria vitalis, Marburger Kai 51, 8010 Graz,
+43 1 316 1 82 20 94-10, gesundheit@styriavitalis.at,
www.styriavitalis.at, ZVR: 741107063

Fotos: [tunedin-stock.adobe.com](https://www.tunedin-stock.adobe.com) (Seite 1), Remling (Seiten 4, 15, 18, 23, 24, 26-28),
Eva M. Deutsch (Seite 21)

Grafiken: www.brightpicture.at (Seite 30), [gillsans-stock.adobe.com](https://www.gillsans-stock.adobe.com) (Seite 2),
Styria vitalis (Seite 2), [strichfiguren.de-stock.adobe.com](https://www.strichfiguren.de-stock.adobe.com), (Seiten 11, 16),
[Pétrouche-stock.adobe.com](https://www.petrouche-stock.adobe.com) (Seite 24).

Graz, September 2025

Fördergeber





Styria vitalis
Marburger Kai 51/3
8010 Graz

T: 0316 | 82 20 94
E: gesundheit@styriavitalis.at
W: www.styriavitalis.at