BILDUNGSCHWEIZ

10 a | 2007

Sonderheft: Gesundheit und Ernährung

Pausenznüni: Wie Kinder den Weg zu gesunder Zwischenverpflegung finden
Vernetzt statt verstrickt: Eine Gemeinde spannt ein Präventions-Netzwerk auf

Was Hauswirtschaft schafft

Ernährungswissen macht fit und leistungsfähig für den Alltag

LCH Dachverband Schweizer Lehrerinnen und Lehrer

DATA QUEST

The World of Macintosh

Beratung und Verkauf
Kompetente Verkäufer und ein grosses Macintosh-Sortiment finden Sie in unseren sieben Filialen.

Online Shop www.dataquest.ch – täglich aktuell
Sie finden über 2'000 Artikel mit Produktebeschrieb und Bild im Shop.

Schulen und Institute
Edukative Institutionen, Lehrer und Studenten erhalten Spezialrabatte auf Apple Rechner und diverse Software.

24 Stunden Lieferservice
Alle Bestellungen, die bis 15.30 Uhr bei uns eingehen, werden am gleichen Tag (sofern ab Lager lieferbar) per Post «Priority» versandt.

Service und Support
Für Notfälle wählen Sie unsere Hotline 0900 57 62 92 (SFr. 3.13 pro Min.).

Vermietung
Mieten Sie Apple Rechner und Peripherie zu günstigen Preisen für Hardware-Engpässe, Messen und Präsentationen, Tel. 044 745 77 19.

Infos und Aktionen:
www.dataquest.ch

Premium Reseller

Data Quest AG
Theaterplatz 8
3000 **Bern 7**
Tel. 031-310 29 39
Fax 031-310 29 31

Data Quest AG
Pilatusstrasse 18
6003 **Luzern**
Tel. 041-248 50 70
Fax 041-248 50 71

Data Quest AG
Baarerstrasse 11
6300 **Zug**
Tel. 041-725 40 80
Fax 041-725 40 81

Data Quest AG
Bahnhofplatz 1
8001 **Zürich**
Tel. 044-265 10 10
Fax 044-265 10 11

neu ab 1.11.2007
200 m² Showroom

Data Quest AG
Riedstrasse 10
8953 **Dietikon**
Tel. 044-745 77 99
Fax 044-745 77 88

Authorised Reseller

Data Quest AG
Limmatquai 122
8001 **Zürich**
Tel. 044-265 10 10
Fax 044-265 10 11

Solution Expert

Data Quest AG
Weinbergstr. 71
8006 **Zürich**
Tel. 044-360 39 14
Fax 044-360 39 10

Gesundes gut verpackt

Lehrmittel für 6. – 9. Schuljahr

Spannendes Lehrmittel bestehend aus Lernmaterialien in Heftform und webbasierten Dokumenten zu den Themen nachhaltige Produktion, gesunde Ernährung, geeignete Verpackungsarten, intelligentes Einkaufen und umweltschonende Entsorgung.

BERNET verlag
LEHRMITTEL LERNMATERIAL

Bestellung: BernetVerlag.ch | Bernhardzellerstr. 26 | CH-9205 Waldkirch | Tel. +41 71 433 19 67 | Fax +41 71 433 20 89 | www.bernetverlag.ch | info@bernetverlag.ch

Ich bestelle kostenlos ..... Lehrmittel «Gesundes gut verpackt».

Inhalt pro Lehrmittel (Schachtel):
Informationen Lehrperson (1 Ex.), Themenheft (20 Ex.), Werkstatt (1 Ex., Kopiervorlage), Projekte (1 Ex., Kopiervorlage)

Name | Vorname:

.....

Strasse:

.....

PLZ | Ort:

.....

Guten Schultag!

Das Nachrichtenmagazin «Der Spiegel» bringt es immer mal wieder mal auf den Punkt: «Die fetten Jahre an britischen Schulen sind vorbei, statt Fish'n'Chips kommen Obst'n'Gemüse auf den Tisch.» Das war nicht zuletzt das Verdienst von Kult-Fernsehkoch Jamie Oliver, der mit seinem Anliegen und seiner Sendung «school dinners» sogar die britische Regierung auf den Geschmack brachte, mehrere hundert Millionen Pfund in den Umbau von Schulküchen und gesünderes Essen zu investieren. Eine kleine Revolution, die dank dem prominenten Revolutionär weltweit Aufmerksamkeit fand.

Heinz Weber
Verantwortlicher Redaktor

Ebenso medienwirksam wie die Initiative war freilich der Rückschlag: Das Fernsehen zeigte Bilder von Müttern, die durch den Schulzaun ihre Kinder mit Hamburgern und Schokoriegeln versorgen. Die Zahl der Kinder, die sich in den Schulkantinen verpflegen, sank nach der Umstellung auf gesundes Essen um bis zu 30%. Viele scheinen die neue Kost förmlich zu boykottieren. Und Eltern verteidigen die Freiheit, ihren Nachwuchs mit «junk food» zu versorgen, als wäre es ein Menschenrecht – auch mit dem Hinweis, die gesunde Verpflegung sei zu teuer. So weit die Pro-und-Kontra-Show. Tatsache ist: Das Programm zur besseren Ernährung der britischen Jugend läuft weiter und viel wird unternommen, die Ziele und das Vorgehen allen Beteiligten plausibel zu machen. Wer sich dafür interessiert, findet Informationen auf der Website www.schoolfoodtrust.org.uk.

In Grossbritannien ist jedes dritte Kind übergewichtig oder fettleibig. Hierzulande beträgt dieser Anteil – alarmierend genug – rund ein Fünftel bis ein Viertel, wie zuletzt ein «Gewichtsmonitoring» im Kanton Baselland zeigte. Überdurchschnittlich ist er mit zunehmendem Alter bei Buben und besonders hoch ist er bei Kindern mit ausländischen Wurzeln oder «bildungsfernem» Elternhaus. Da ein übergewichtiger Dreizehnjähriger es mit 80% Wahrscheinlichkeit auch als Erwachsener «schwer haben» wird, beginnt Chancengerechtigkeit oder -ungerechtigkeit nicht erst bei der Bücherwand, sondern schon am Kochtopf.

Dieses Heft sollte eigentlich mindestens eine weisse Seite enthalten, um dem Thema «Pause» gerecht zu werden. Wir haben darauf verzichtet, weil wir wissen, dass man Leserinnen und Lesern keine Pausen vorschreiben kann – die machen sie ganz von allein, wie, wo und wann sie wollen.

Madlen Blösch hat einmal mehr die BILDUNG SCHWEIZ-Sonderausgabe zur Gesundheit koordiniert; Marc Renaud hat die Pausenbilder dazu fotografiert; Christoph Straumann (Sekundarschule Sissach) und Loretta van Oordt (Primarschule Birsfelden) haben dem Fotografen die Türen zu ihren Schulen geöffnet. Herzlichen Dank allen Mitwirkenden.

BILDUNGSCHWEIZ
Nummer 10 a | 2007 | 16. Oktober 2007
Zeitschrift des Dachverbandes
Schweizer Lehrerinnen und Lehrer (LCH)
152. Jahrgang der Schweizer Lehrerinnen- und Lehrerzeitung (SLZ)

Inhalt

Aktuell
4 Umweltschadstoffe: «Kinder sind keine kleinen Erwachsenen»
6 Frage- und Pausenzeichen zum Thema Pause
17 Arbeitsplatz Schule: «Extrem hoch belastet»

Ernährung
8 Wenn das Znüniglöggli läutet...
11 Fit und leistungsfähig im Alltag
13 «Kinder wissen, dass Cola nicht so gesund ist»
15 Auch Lehrpersonen essen nicht immer gesund

Prävention
19 «Wir müssen die Türe unserer Schule einfach weit aufmachen»
21 Timeout mit Familienanschluss

Gesundheit
22 schule.bewegt – die Politik bewegt sich
25 «Burzelbaum»-Kinder sind beweglicher
26 Bauernkinder leiden seltener unter Asthma als Stadtkinder

Aus dem LCH
31 Lohnforderungen des LCH für 2008
31 Neue Kräfte für den Alltag aktivieren

Bildung und Entwicklung
34 Globales Lernen wird im Lehrplan verankert

Rubriken
41 Bücher und Medien
42 Bildungsmarkt
43 Impressum
47 Vorschau

Rufnummer
47 Alles Gute ist schlecht

Titelbild: Pausenznüni in Birsfelden BL
Foto: Marc Renaud

LCH
Dachverband
Schweizer
Lehrerinnen
und Lehrer

Was, wann, wo

«Weiterbildung Basel»

Die Messe Schweiz lanciert vom 2. bis 4. Mai 2008 die «Weiterbildung Basel». Als Novum in der Nordwestschweiz und im Südwesten Deutschlands richtet sich das Messekonzept an Erwachsene, die sich beruflich wie auch privat weiterbilden möchten. Interessierte können die zahlreichen Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten der diversen Anbieter vergleichen und sich vor Ort professionell beraten lassen. Die neue Veranstaltung findet 2008 parallel zur BuchBasel statt. Informationen: www.weiterbildungbasel.ch

Hier spielt die Musik

Im Frühjahr 2008 wird sich der musikalische Nachwuchs der Schweiz wieder im Rahmen des Schweizerischen Jugendmusikwettbewerbes in acht verschiedenen Orten gleichzeitig messen. Die Erstpreisträgerinnen und Erstpreisträger der Vorausscheidungen treffen sich im Mai 2008 am Finale in Hünenberg. Gemäss dem zweijährigen Turnus sind dieses Jahr wieder unter anderem Streicher und Holzbläser zum Vorspiel eingeladen. Daten und Orte: Regionalwettbewerbe 7. bis 9. März 2008 in Basel, Zürich, La Chaux-de-Fonds, Lausanne, Lugano, Eschen, Sarnen und Bern. Schlusswettbewerb: 15. bis 18. Mai 2008 in Hünenberg. Anmeldeschluss ist der 1. Dezember 2007. Informationen und Anmeldung: www.sjmw.ch

Gleichstellung gefragt

Der Bund unterstützt im Rahmen des Gleichstellungsgesetzes Projekte und Beratungsstellen zur Förderung der Chancengleichheit von Frau und Mann im Erwerbsleben mit Finanzhilfen. Informationen und Unterlagen dazu finden sich auf der Website www.equality-office.ch. Nächster Termin für das Einreichen von Gesuchen ist der 25. Januar 2008.

«Kinder sind keine kleinen Erwachsenen»

Die Organisation Ärztinnen und Ärzte für den Umweltschutz ruft dazu auf, Gefahren für Kinder durch Umweltschadstoffe ernst zu nehmen. Eine umfangreiche Dokumentation dazu geht in diesen Tagen aufs Internet.

«Die moderne Gesellschaft ist gefordert, Kinder vor gesundheitlichen Belastungen zu schützen. Während Infektionskrankheiten bei uns weitgehend unter Kontrolle sind, nehmen chronische Erkrankungen zu, z.B. Atemwegserkrankungen, Allergien, Übergewicht oder Lern- und Verhaltensstörungen. Neben biologischen, ökonomischen und sozialen Bedingungen spielen Umweltfaktoren eine wichtige Rolle.» – Das hält die Organisation Ärztinnen und Ärzte für Umweltschutz in der Einleitung zu einer umfangreichen Dokumentation mit dem Titel «Kind – Umwelt – Gesundheit» fest.

Die soeben fertiggestellte Dokumentation wird beim Erscheinen dieses Hefts oder kurz danach im Internet unter www.aefu.ch kostenlos abrufbar sein. Sie gliedert sich in zehn Kapitel, die den Lebensphasen folgen: Umweltgefahren für Ungeborene, Umweltgefahren für Säuglinge, Umweltgefahren für Kleinkinder und Umweltgefahren für Schulkinder.

Für jede Altersstufe gibt es einen ausführlichen Fachartikel mit Literaturangaben sowie eine knappe Zusammenfassung. Am Schluss der Dokumentation stehen «Tipps und Empfehlungen» für alle Altersstufen. Die Texte liegen zudem in Deutsch und Französisch vor. Somit ist für jede Art von Informationsbedarf gesorgt. Auch Lehrpersonen, die Eltern oder Jugendliche über Umweltgefahren für die Gesundheit orientieren möchten, finden hier «massgeschneidertes» Material.

«Kinder sind keine kleinen Erwachsenen», betonen die Ärztinnen und Ärzte für Umweltschutz in der Einleitung: «Die pro Zeit aufgenommene Stoffmenge bezogen auf das Körpergewicht oder die Oberfläche ist beim Kind grösser als beim Erwachsenen. Damit ist der kindliche Organismus besonders empfindlich gegenüber Schadstoffen. Nicht selten braucht es aber Jahre oder sogar Jahrzehnte, bis schädliche Einwirkungen auf den jungen Organismus sich zu Beschwerden oder Krankheiten entwickeln.»

Weg frei für Änderungen

Bevölkerung und Entscheidungsträger müssten über die Zusammenhänge zwischen einer gesunden kindlichen Entwicklung und einer intakten Umwelt informiert werden, sind die Autorinnen und Autoren überzeugt: «Damit ist der Weg frei für notwendige Massnahmen, für Änderungen des Lebensstils und der Umweltverhältnisse. Eltern, Schulen, Ärzteschaft und allen weiteren Personen, die privat oder beruflich mit Kindern und Jugendlichen zu tun haben, kommt dabei eine Vorbildfunktion zu.»

Die Dokumentation «Kind – Umwelt – Gesundheit» entstand in Zusammenarbeit mit den «Ärztinnen und Ärzten für eine gesunde Umwelt» Österreich sowie mit Unterstützung des Bundesamtes für Gesundheit. B.S.

Kontakt

Ärztinnen und Ärzte für Umweltschutz, Postfach 111, 4013 Basel, www.aefu.ch

Was, wann, wo

Begabungsförderung – kein Tabu mehr

Das Netzwerk Begabungsförderung und die Initianten des LISSA-Preises laden zur Tagung «Begabungsförderung – kein Tabu mehr» vom Samstag, 10. November 2007, in Solothurn ein. Anlass dazu bietet die Präsentation eines neuen Trendberichts, den das Netzwerk Begabungsförderung erarbeitet hat (BILDUNG SCHWEIZ wird darüber berichten).

Seit Margrit Stamm 1992 festgestellt hat, dass Ansätze zur Begabungsförderung durchaus vorhanden seien, man aber von Begabungsförderung als bewusst gestaltetem Teil unseres Bildungssystems nicht sprechen könne, ist viel geschehen. Die Kantone haben Konzepte entwickelt und stehen Schulen bei deren Umsetzung mit Rat und Tat zur Seite. Begabungsförderung ist kein Tabu mehr, sondern hat vielfältige Unterrichts- und Schulentwicklungsprozesse in Gang gebracht.

Bilanz und Reflexion

Zu dieser breit angelegten Entwicklungsarbeit liefert der neue Trendbericht des Netzwerkes Begabungsförderung eine interessante Bestandsaufnahme und Reflexion. Silvia Grossenbacher, Koordinatorin des Netzwerkes, wird dem Arbeitsprozess aus der Innensicht nachspüren. Rolf Dubs wird vor dem Hintergrund seiner reichen Erfahrung als Professor für Wirtschaftspädagogik, Hochschulrektor und Berater in Bildungspolitik und Schulwesen einen Blick von aussen auf die Begabungsförderung in der Schweiz werfen.

Ausserdem werden fünf Trägerinnen und Träger des LISSA-Preises («Lernfreude in Schweizer Schulen anregen») Einblick in ihre Projekte geben.

Details zur Tagung und ein Anmeldeformular sind zu finden auf der Website des Netzwerkes www.begabungsfoerderung.ch > Aktuelles > Tagungen.

SBB CFF FFS

Profitieren Sie! Schulklassen ab zehn Personen reisen mit der Aktionstageskarte Jugend für nur 11 Franken pro Person, 2. Klasse. Montags bis freitags ab 9 Uhr, am Wochenende ohne Einschränkung. Mit der Aktionstageskarte Jugend erhalten Sie zudem Ermässigungen auf ausgesuchte RailAway-Kombi-Angebote. Mehr unter: **www.sbb.ch/aktionstageskarte**

Sofort alles fallen lassen: Die Aktionstageskarte Jugend für nur CHF 11.–.

Frage- und Pausenzeichen zum Thema Pause

Diese Ausgabe von BILDUNG SCHWEIZ ist voll von Pausenbildern. Sollen Pausen zeitlicher Leerraum sein? Weisse Flecke im Schulalltag? Oder Raum für Begegnung, Rituale, Stille? Wieviel ist notwendig? Wieviel optimal? Ein vernachlässigtes Thema. Auch die Forschung macht Pause.

Fotos: Marc Renaud

Primarschulkinder machen Pause.

Was fällt Ihnen zum Thema «Pause» ein? Na klar: «Mach mal...» Und dann?
Pause.
Wie machen Sie Pause? Geniessen sie Pausen? Setzen Sie sich mit Kolleginnen und Kollegen im Lehrerzimmer um den Tisch, trinken einen Kaffee und reden über den Film, den Sie gestern gesehen haben, oder bewundern den neuen Kaschmirpullover der Schulleiterin?
Oder ist die Pause für Sie das willkommene Überlaufbecken für Unerledigtes: Schnell noch korrigieren! Schnell noch telefonieren! Schnell noch organisieren! Dann noch schnell ins Lehrerzimmer, das Papier aus dem Fach holen, das Sie in der nächsten Pause anschauen werden, wenn Sie Zeit haben. Und im Hinausrennen noch ein Blick auf die offenbar immer gleichen Damen und Herren, die in der Pause immer Zeit zu haben scheinen für Kaffee und Tratsch. (Wer weiss, vielleicht sind Sie gerade das Thema.) Oder ist die Pausenglocke für Sie vor allem das Zeichen, dass wieder ein Teil eines langen Arbeitstages geschafft und abgetragen ist? Dann sollten Sie über eine grössere Pause nachdenken.
Was essen Sie in der Pause? Ein Gipfeli? Schoggi? Einen Apfel? Schmeckt es Ihnen? Reicht es bis zum Mittag?
Zunehmend schaffen anscheinend Schulen, speziell der Sekundarstufe II, die Pausenglocke ab, weil die Einteilung des Unterrichts nach Minuten überholt und das Pausenbedürfnis individuell ist und sowieso alle auf der Armbanduhr sehen, was die Stunde geschlagen hat...
Pause.
Und die Pausen der Kinder? Sind das an Ihrer Schule Zeiten übermütigen, aber friedlichen Tobens und Lachens? Oder gleichen die Pausen bei Ihnen dem bewachten Hofgang von Gefangenen, wo sich Grüppchen in Ecken drücken, Aggression und Schlaumeierei in der Luft liegen? Übernehmen Sie gerne die Pausenaufsicht? Müssen Sie es alleine machen oder haben Sie Gesellschaft?
Über die Pause findet sich merkwürdig wenig in Lexika, Datenbanken und der Wundertüte Google. Auch die Schweizerische Koordinationsstelle für Bildungsforschung in Aarau listet kein Projekt zum Thema auf. Pausenverpflegung, Pausenplatzgestaltung – das ja. Aber beispielsweise: Wie viel Pause ist notwendig? Wieviel optimal? Ist die Pause mit Vorteil leer von allem Programm (und wäre sonst nicht wirklich eine)? Oder braucht es strukturierende Angebote? Regeln? Rituale? Yoga? Raum für Stille?
Pause.

Marc Renaud und das Bild der Pause

Zu einem Experten in Sachen Pause ist in den letzten Jahren der Basler Fotograf Marc Renaud geworden. Seit dem Jahr 2004 bildet er immer wieder Menschen beim Pausieren ab: Bauarbeiter, Krankenschwestern, Musiker, den Bundesrat und jetzt – speziell auf Wunsch von BILDUNG SCHWEIZ – Schülerinnen und Schüler. Das Projekt geht weiter; am Schluss wird wahrscheinlich ein Buch stehen.

Ausgangspunkt des Projekts war ein Ort, wo es wenig Pausenkultur gibt. Marc Renaud berichtet: «Zwischen 2002 und 2004 lebte ich in New York. Ich war ziemlich erstaunt, als die Leute dort erzählten, sie hätten keine Zeit für Pause und Ferien. Sie machen allerdings informelle Pausen, aber Sie sprechen nicht so gern darüber und wollen sich dabei nicht zeigen. Daraus entstand die Idee: Was können wir über die Arbeitswelt durch die Pause sehen und lernen? Es interessiert mich, wie sich Menschen in ihrer Arbeitspause verhalten, wo sie sich aufhalten, was sie tun, um sich zu regenerieren.»

An «Pausenplätzen», die er aufsuchte, fand der Fotograf ganz unterschiedliche Kulturen: «Es gibt die formelle und die informelle Pause. Der Bundesrat macht, wie die Schülerinnen und Schüler, eine formelle Pause. Es läutet und die Pause beginnt. Es läutet wieder und die Pause ist zu Ende. Aber die Arbeit ist nicht ganz weg während der Pause. Die Schülerin lernt noch schnell auf eine Prüfung, der Musiker bleibt konzentriert für den zweiten Teil des Konzerts und die Basketballspieler bekommen Ratschläge vom Trainer. Eine typische informelle Pause ist eine Rauchpause. Der Arbeitsdruck bleibt dabei meistens erhalten, weil die Dauer der Pause nicht definiert ist und die Kollegen weiter an der Arbeit sind.»

Bundesräte machen Pause.

Jugendliche an einer Sekundarschule machen Pause.

«Ein anderes Beispiel ist ein Angestellter, der vor seinem Computer sitzen bleibt und ein Sandwich isst. Diese Pause ist wahrscheinlich wenig effizient, weil er weder die Umgebung noch die Haltung geändert hat. Das Phänomen der Pause, wo sich nicht viel ändert, findet man vor allem in Berufen ohne körperliche Arbeit», sagt Marc Renaud.

Sein Fazit: Die Übergänge zwischen Arbeit und Pause zerfliessen in der modernen Arbeitswelt, für Begegnung und bewusstes Abschalten gibt es kaum noch Gelegenheit. Bundesräte, Kinder und Lehrpersonen scheinen mit ihren strukturierten Pausen noch in einer privilegierten Situation zu sein.

Pause.

Das Team des LCH-Sekretariats trifft sich jeden Tag um 9.30 Uhr zu einer Kaffeepause. Jetzt ist 9.30 Uhr. Wenn ich nicht gleich vom Computer aufstehe, kann ich diesen Artikel noch fertig schreiben. Nur noch wenige Zeilen... Ich höre die Kolleginnen und Kollegen vor der Kaffeemaschine plaudern. Es klingt gemütlich. Sie lachen. Soll ich gehen? Weiterschreiben?

9.36 Uhr. Artikel fertig. Pause!

Heinz Weber

Wenn in Luterbach das Znüniglöggli läutet...

Seit Jahren schon bereiten die Kindergärtler aus Luterbach SO ihr Znüni selber zu. Beim Besuch von BILDUNG SCHWEIZ sind die beiden Znünichefs Joel und Raphael damit beschäftigt, Birnen, Gurke und Rüebli zu rüsten, die Kindergärtnerin Isabel Moser eingekauft hat. Sie hofft, dass die Idee auch in der Primarstufe umgesetzt wird.

Fotos: Tommy Furrer

Isabel Moser wirft ab und zu einen Blick auf die Arbeit der beiden «Znünichefs»; immerhin hantieren diese mit scharfen Messern.

Das Znünitäschli von Meret liegt bereit. Ihre Mama hat getrocknete Mangos und Rüeblirädli eingepackt. Meret ist jedoch nicht zufrieden damit; Gspänli André hat nämlich meistens Schokolade und Chips dabei, und nun möchte sie auch welche zum Znüni haben. Das komme nicht in Frage, winkt Merets Mutter ab und erkundigt sich bei der Kindergärtnerin, ob nicht eine Lösung möglich wäre, dass alle Kinder dasselbe zum Znüni essen. Sie rennt mit ihrem Anliegen offene Türen ein. Aber die Umsetzung sei eben nicht so einfach, wird sie vertröstet. Viele Eltern hätten das Gefühl, die Schule mische sich bei dieser Frage zu sehr ins Private ein...

Madlen Blösch

Dass es auch anders geht, zeigt ein Besuch im Kindergarten Luterbach, Kanton Solothurn: Es ist kurz vor halb zehn Uhr; noch sitzen die acht Kinder am Tisch und stechen kleine Elefanten aus. Wer damit fertig ist, darf spielen gehen. Joel und Raphael holen den kleinen Töggelikasten hervor und schon fällt das erste Goal. «Die Znünichefs sollen sich parat machen», ruft jetzt Isabel Moser. Die Kindergärtnerin holt Banane, Apfel, Birne und eine Gurke sowie Rüebli aus dem Kühlschrank und die beiden Buben wollen loslegen. «Halt, habt ihr die Hände gewaschen?» fragt sie. Nachdem, neben den Händen, auch Obst und Gemüse gewaschen wurden, beginnen sie mit dem Rüsten.

Isabel Moser wirft ab und zu einen Blick zu den beiden; immerhin hantieren diese mit scharfen Messern. Schliesslich liegt alles schön mundgerecht geschnitten bereit in kleinen Schalen auf einem Tablett, zusammen mit Rosinen, Nüssli, Vollkorncrackers, Salzstängeli und Aromat. Isabel Moser bringt noch geschnittenes Brot. Raphael legt ein Tischtuch in die Mitte des Stuhlkreises und läutet das «Aufräumiglöggli». Nur wenig später erklingt das Znüniglöggli und langsam kommen die Kinder zum Kreis.

«Nimm bitte auch noch etwas Gesundes»

Gemeinsam singen sie das Znünilied «Öpfu, Öpfustückli, mängisch bini glückli...» und wünschen sich dann guten Appetit. Es ist mittlerweile zehn Uhr. Die Kinder haben Hunger und picken sich die feinen Häppchen auf den Teller. «Kathrin, nimm bitte auch noch etwas Gesundes», sagt Isabel Moser zum Mädchen, welches nur gerade Brot und Salzstängeli auf seinen Teller legt. Etwas widerwillig greift es zu einem Stückchen Birne. Das Znüni schmeckt offensichtlich; immer wieder bedienen sich die Kinder, erzählen einander Geschichten und lachen. Es herrscht eine gemütliche Stimmung. Die Kindergärtnerin ermahnt

Andrin, er solle erst herunterschlucken, bevor er weiterrede. Und als Kathrin ihr Birnenstück doch nicht essen will, weil es inzwischen etwas braun geworden ist, erklärt Isabel Moser: «Was man auf den Teller nimmt, isst man auch.» Wer satt ist, wäscht seinen Teller. Jetzt noch einen Becher Wasser trinken und dann ab in den Garten.

Kein Znünitäschli mehr

Bereits seit sieben Jahren brauchen die Kindergärtler aus Luterbach kein Znünitäschli mehr. Isabel Moser erinnert sich gut daran: «Die Kinder hatten oft Süssigkeiten dabei, was uns gar nicht passte. Aufgrund einer Elternumfrage habe ich hier als erste diese neue Znüniform eingeführt.» Die Kinder bringen gar nichts mehr mit; das Einkaufen übernehmen jeweils die Kindergärtnerinnen. Die Eltern beteiligen sich an den Kosten und bezahlen pro Quartal 15 Franken. Im Übrigen sei das Ämtli des Znünichefs sehr beliebt, berichtet Isabel Moser. «Die Kinder machen es gerne. Zudem wird durch das Rüsten und Schneiden die Feinmotorik gefördert.» Es gebe immer wieder Kinder, die noch nie ein Messer in der Hand hatten und zu Beginn des Schuljahres entsprechend ungeschickt damit umgingen. Schnittwunden als Folge seien allerdings selten zu versorgen.

Hoffen auf Nachahmung in der Primarstufe

Isabel Moser hofft nach wie vor, dass ihr Engagement in Sachen Pausenznüni auch in der Primarstufe von Luterbach Nachahmung findet. «Die Zusammenarbeit mit der Lehrerschaft ist gut und das Echo auf das Pausenznüni positiv. Man darf die Hoffnung nicht aufgeben», lächelt sie zuversichtlich.

Bereits einmal lernten nämlich die Drittklässler während eines Praktikums zum Sachthema «Gesundheit – Ernährung und Bewegung» auch vieles über ein gesundes Znüni. Es wurde speziell eine Znüniecke eingerichtet und ein Znüniplan erstellt. Das Projekt war ein voller Erfolg – aber leider, wie es Projekte in der Regel so in sich haben – zeitlich beschränkt.

Weiter im Netz

www.luterbach.ch
primarschule@luterbach.ch

Ausgewogenes für die Pause

In den Kindergärten der Stadt Basel ist bereits heute ein gesundes Znüni Pflicht. Als gesundes Znüni gelten Früchte, rohes Gemüse und Vollkornbrot. Bis spätestens in vier Jahren sollen auch an sämtlichen Basler Primarschulen Weissbrot, Gipfeli oder süsse Backwaren nicht mehr geduldet werden. Nichts mehr zu suchen als Znüni auf dem Pausenplatz haben dann auch Wurstwaren wie Salami, Essspeck oder Lyoner sowie Süssgetränke. Von Kindern bevorzugte Esswaren wie Schokolade oder Pommes chips werden ebenfalls nicht mehr toleriert.

mbl

Gemeinsam singen alle das Znünilied «Öpfu, Öpfustückli, mängisch bini glückli...» und wünschen sich dann guten Appetit.

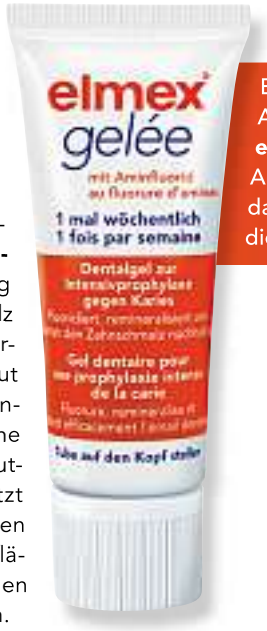
Gerechte Chancen auf gesunde Zähne

Die Zähne von in der Schweiz lebenden Kindern sind im internationalen Vergleich überdurchschnittlich gesund. Dies ist vor allem auch das Verdienst der öffentlichen Schulzahnpflege, die seit den 1960er Jahren Kinder- und Elterngenerationen die Notwendigkeit gesunder Ernährung, guter Mundhygiene und ausreichender Fluoridierung näher bringt.

Der Kariesbefall bei 12-jährigen ist im Verlauf der vergangen 40 Jahre hierzulande um 90 Prozent gesunken, wobei Fachleute seit ca. zehn Jahren wieder eine Trendwende beobachten. Dies liegt vor allem an falschen Ernährungsgewohnheiten, vernachlässigter Mundhygiene und Zuwanderung von Familien aus Ländern ohne Zahnprophylaxe. Die heutigen Elterngenerationen ab Jahrgang 1960, selbst in den Genuss umfassender Kariesprophylaxe gekommen, haben nicht mehr erfahren, welche Schäden Karies anrichten kann.

Umso wichtiger ist die Sensibilisierung der Schülerinnen und Eltern durch Zahnärztinnen und Zahnärzte, Schulzahninstruktorinnen sowie Lehrerinnen und Lehrer. Die Prophylaxe beruht auf drei Eckpfeilern: gesunde Ernährung, korrekte Zahnreinigung und Fluoridprophylaxe.

Besonders wirkungsvollen Kariesschutz bieten die **elmex® Aminfluoride.** Sie fördern die Rückführung von Mineralien in den Zahnschmelz (Remineralisation). Dank ihrer Oberflächenaktivität bilden sie eine gut haftende Deckschicht auf dem Zahnschmelz aus. So werden die Zähne noch Stunden nach dem Zähneputzen gegen Säureattacken geschützt und die Einlagerung von Mineralien in bereits vorgeschädigte Zahnflächen wird unterstützt. Dies belegen über 400 wissenschaftliche Studien.



Einmal wöchentliche Anwendung von **elmex® gelée** mit Aminfluoriden senkt das Kariesrisiko um die Hälfte.

GABA International AG
Grabetsmattweg
CH-4106 Therwil

Weiterführende Informationen für Lehrerinnen und Lehrer: www.elmex.ch

GENTECH

16 bunte Magazinseiten mit themenorientierten Beiträgen für Jugendliche. Dazu im Internet 28 Seiten Unterrichtsideen, Informationen und Arbeitsblätter für verschiedenste Fächer der Sekundarstufe I, auf www.lid.ch

Manche finden sie unheimlich gut, andere nur unheimlich: die Gentechnik.

Pick up 19 bringt Hintergrundwissen und Fakten zum Thema, tischt Argumente und Emotionen dafür und dagegen auf und leitet die Jugendlichen zur eigenen Meinungsbildung an.

Pick up – das Jugendmagazin der Schweizer Landwirtschaft mit den vielen Unterrichtsideen.

Einzelexemplare und Klassensätze gibt es kostenlos bei:
LID Landwirtschaftlicher Informationsdienst
Weststrasse 10, 3000 Bern 6
Tel. 031 359 59 77, info@lid.ch, www.lid.ch

Bitte senden Sie mir kostenlos

__ **Ex. 130501 D Pick up Set Nr. 1–18**
(1–11 inkl. Lehrerbeilagen)
Die Themen: 1 Lebensmittelmarkt – 2 Natur – 3 Tourismus – 4 Berufe – 5 Pflanzen – 6 Europa – 7 Tiere – 8 Technik – 9 S&wich 02 – 10 Lebensmittelsicherheit – 11 Wasser – 12 Geschmack – 13 Sport – 14 Verpackungen – 15 Boden – 16 Globalisierung – 17 Arbeit und Beruf – 18 Voll Energie – 19 GENial !?

__ **Ex. 130641 D Pick up 19, GENial !?**

☐ **Ich möchte ein Pick up Gratis-Abonnement**

Absender:

Name:

Strasse:

PLZ/Ort:

E-Mail:

Einsenden an LID, Weststrasse 10, 3000 Bern 6 WTR 837 106 004

Gesunde Pause – fit und leistungsfähig im Alltag

Der Hauswirtschaftsunterricht leistet einen wichtigen Beitrag zur Gesundheitsförderung nach dem Grundsatz: Nur die eigene Betroffenheit wirkt nachhaltig.

Foto: Marc Renaud

Der Bäcker weiss, was seinen jungen Kundinnen und Kunden schmeckt. Aber wissen die auch, was ihnen gut tut?

Zwischenverpflegungen haben es in sich. Was bewirkt ein Energieriegel für mein Fitsein und was hat er mit meinem Gewicht zu tun? Warum bezahle ich Fr. 1.80 für einen Fitnessriegel (40 g), respektive 80 Rappen für zwei Energieriegel mit demselben Gewicht? Was bedeutet «High-Energie» auf der Verpackung eines Riegels. Und warum verspricht die Werbung, dass der Genuss eines Energie-Getränkes gute Leistung bewirkt und man mit vitaminreichen Fruchtsäften gesund bleibt?

Grundlagen für die Beantwortung solcher Alltagsfragen werden im Hauswirtschaftsunterricht erarbeitet. Jugendliche sollen komplexe Zusammenhänge verstehen und eigene Schlussfolgerungen für ihr Konsumverhalten daraus ziehen können.

Heidi Hausammann, Präsidentin LCH-Fachkommission Hauswirtschaft

Im Nutrinet-Appell zu Schule und Ernährung (www.nutrinet.ch) wird unter anderem festgehalten:

- Ein Viertel aller Schülerinnen und Schüler frühstückt nicht.
- Die Anzahl gemeinsamer Familienmahlzeiten sinkt, vor allem bei Schülerinnen und Schülern der Oberstufe.
- 70 % der 13- bis 14-Jährigen und nur 50 % der 15- bis 16-Jährigen essen mittags zu Hause. Alternativen für die Mittagsverpflegung sind u.a. Schulkantine, Schnellimbiss und Supermärkte in der Schulumgebung.

Pascale Mühlemann (Geschäftsführerin der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE, vgl. Bericht Seite 13) bestätigt, dass jedes fünfte Kind übergewichtig ist. Gleichzeitig steige der Anteil an Untergewichtigen. Betroffen sind vor allem Mädchen und junge Frauen, zunehmend auch männliche Jugendliche.

Die Kosten von Übergewicht und deren Folgeerkrankungen betragen in der Schweiz laut Bundesamt für Gesundheit

rund 2,7 Milliarden Franken pro Jahr (5. Schweizerischer Ernährungsbericht).

Einblick in eine Unterrichtssequenz

In Heimberg hat sich die HW-Halbklasse 8D unter dem Tagesthema «Zucker und Süsses – Zum Geniessen und Feiern» mit der Frage auseinandergesetzt: «Wie viel versteckten Zucker enthält z.B. eine Milchschnitte oder trinken wir in einem Süssgetränk?» Wie sieht der eigene Zuckerkonsum aus? Die Hauswirtschaftslehrerin Marianne Grossniklaus erklärt der Klasse die Lernziele für diesen Vier-Lektionen-Block:

- Erläutern von Nutzen und Gefahren des Zuckers
- Hinterfragen des eigenen Zuckerkonsums und Konsequenzen ableiten
- Informationen zum Zuckergehalt einiger Nahrungsmittel herausfinden
- Verschiedene Zuckerarten kennen und wissen, wofür diese gebraucht werden
- Herstellen von Desserts mit unterschiedlichem Zuckergehalt
- Anwenden neuer Zubereitungsarten

Das Üben von Fähigkeiten und Fertigkeiten steht ebenso im Vordergrund wie Sachverhalte klären, Ergebnisse beurteilen und Orientierungshilfen für sich selber finden.

Verblüffende Offenheit

Die Jugendlichen notieren auf ihrem Protokollblatt in verblüffender Offenheit Gedanken zu ihrem persönlichen Zuckerkonsum. Es herrscht eine Stimmung gegenseitigen Vertrauens. Nur so können Ess- und Lebensgewohnheiten mit nachhaltiger Wirkung thematisiert werden, meint Marianne Grossniklaus.

Als Wettbewerbsauftrag wird zu zweit überlegt, in welchen der vorliegenden Produkte wie viele Stücke Würfelzucker enthalten sind. Die Resultate sind erstaunlich! Mit einer Milchschnitte esse ich 4 Würfelzucker, 0,5 Liter Cola enthält 14 Stücke und ein Glas Nutella 54 Würfelzucker. Nachdem die Deklarationen gründlich untersucht wurden und im «Tiptopf» Hintergrundinformationen zu «Versteckter Zucker» und «Leere Kalorien» nachgelesen werden konnten, entsteht eine rege Diskussion um die Frage, esse ich Süssigkeiten als Trostspender oder bei Hunger? Einig ist man sich schlussendlich, dass beide Beweggründe ihre Berechtigung haben und die Menge entscheidend sei.

In der praktischen Arbeit befassen sich die Schülerinnen und Schüler mit den verschiedenen Zuckerarten und der damit verbundenen Zubereitung von Desserts. Am Ende des Unterrichts reflektieren sie noch einmal ihren eigenen Zuckerkonsum und was sie ändern wollen.

Für die meisten ist klar, was zu tun ist: Süssgetränke meiden und mehr Früchte essen. Zudem weniger, dafür bewusster Süssigkeiten naschen. Es stelle sich immer wieder die Frage, wann habe ich genug gegessen und wann habe ich wirklich Hunger?

Für Corinne Senn, Dozentin für Hauswirtschaft in Basel (PH FHNW), ist es selbstverständlich, dass nebst Fach-, Sozial- und Selbstkompetenz auch die Sinnesschulung und Selbstwahrnehmung in der Hauswirtschaft gefördert wird.

Umworbene Konsumenten – auch im Ernährungsbereich

Jugendliche werden in unserer Marktwirtschaft intensiv umworben. Es lohnt sich, in der Hauswirtschaft die Marktstrategien zu hinterfragen und Massnahmen für ein bewusstes Einkaufsverhalten zu trainieren. Allzu oft tappen Jugendliche aus mangelnder Erfahrung in die Ausgabefallen unserer modernen, konsumorientierten Gesellschaft.

Im Fach Hauswirtschaft sind folgende Kernkompetenzen definiert: Sich kritisch im vielfältigen Konsumangebot orientieren, dabei Zusammenhänge von Produktion und Vermarktung erkennen und bewusste Kaufentscheide fällen. Grundsätze in der Budgetplanung kennen. Die finanziellen Mittel mit dem persönlichen Bedarf in Einklang bringen (siehe Flyer «Kernkompetenzen und Argumentarium für das Fach Hauswirtschaft»).

Beispiel aus der Praxis: Die Lernenden planen in Arbeitsgruppen nach klaren Grundsätzen ihre Menüs und kaufen über mehrere Unterrichtseinheiten selber ein. Dabei sind Konsumschulungsaufträge zu erfüllen, Zeitvorgaben zu beachten, eine Abrechnung zu erstellen und Erfahrungen festzuhalten. Exemplarisch wird hier «Lernen durch praktisches Tun» ermöglicht, Erkenntnisse als Konsument erfahren, die Verwaltung von finanziellen Mitteln umgesetzt und das soziale Verhalten gefördert.

Ernährungswissen vernetzen, nachhaltig bearbeiten und beurteilen

Die Hauswirtschaft arbeitet fächerübergreifend mit Biologie, Geografie, Geschichte, Deutsch, Sport/Bewegung und gibt wesentliche Impulse innerhalb von Projekten im Bereich Gesundheitsförderung. Es werden ökologische, gesund-

Fotos: Heidi Hausamann

Das Üben von Fähigkeiten und Fertigkeiten steht ebenso im Vordergrund wie Sachverhalte klären, Ergebnisse beurteilen und Orientierungshilfen für sich selber finden.

heitliche, wirtschaftliche, kulturelle und soziale Aspekte untersucht und umgesetzt, d.h. theoretisches Wissen durch die Umsetzung in der Praxis vertieft. Geeignete Rahmenbedingungen bestehen insbesondere während Schul-Projektwochen, in Landschulwochen, an Sporttagen (Balance zwischen Energieaufnahme und -verbrauch) oder gemeinsamen Schulanlässen. Es ist wichtig, die gesamtheitlich orientierten Inhalte und das Leistungsniveau öffentlich zu zeigen.
Im Fach Hauswirtschaft wird zusehends mit Kompetenzenraster und Standards gearbeitet. Ebenfalls ist oder wird die Beurteilung (je nach Kanton) mittels transparenten Bewertungskriterien promotionswirksam.

Hauswirtschaft – ein ideales Fach für Gesundheitsförderung

Wir essen zu viel, zu fettig und zu süss, zeigt der 5. Ernährungsbericht auf. Die Folgekosten sind langfristig fatal. Nahezu ein Viertel der weiblichen Jugendlichen und jeder vierzehnte Schüler gibt ein gestörtes Verhältnis zum Essen an: zu wenig/zu viel, schnelles, unregelmässiges Essen. Es braucht eine verstärkte Verankerung von Gesundheits- und Ernährungsthemen in den Lehrplänen und eine fächerübergreifende Thematisierung. Annemarie Lüdi (PH Dozentin HW, Bern) hält in diesem Ernährungsbericht fest: Haushaltführungskompetenzen sind notwendige, allgemein nützliche Kulturtechniken, die jeder Mensch ein Leben lang benötigt, wie Rechnen, Schreiben und Lesen. Es kann der Gesellschaft nicht gleichgültig sein, wie sich ihre Mitglieder ernähren, wie sie mit dem riesigen Warenangebot umgehen.
Hauswirtschaft will und muss gelernt sein!

Weiter im Netz

www.lch.ch > Rubrik Kommissionen
www.sge-ssn.ch
www.gesunde–schulen.ch
www.radix.ch
www.nutrinet.ch
> Nutrinet-Aktivitäten > Archiv Nutrinet Tagungen, Frühlingstagung 2006
www.suissebalance.ch

«Kinder wissen, dass Cola nicht so gesund ist»

Mit fünf einfachen Kernbotschaften will die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung (SGE) vermehrt Kinder und Jugendliche ansprechen und aufzeigen, wie sie ihr Ess- und Trinkverhalten positiv verändern können: beispielsweise indem sie häufig Wasser trinken und ausreichend Früchte und Gemüse essen oder nicht gleichzeitig fernsehen und essen.

Das Thema Ernährung ist heutzutage in aller Munde: Schlankheitswahn bei Kindern auf der einen Seite und anderseits eine Debatte über Übergewicht. So soll nach Studien in der Schweiz schon jedes fünfte Kind zu dick sein; aber auch die steigende Zahl an magersüchtigen Jugendlichen – neuerdings vermehrt auch Knaben – lässt aufhorchen. Wie können Kinder und Jugendliche davor bewahrt werden, in die Spirale von Bulimie oder Adipositas zu geraten? Diese Frage ist nicht einfach zu beantworten, zu komplex sind die Zusammenhänge. So spielen Faktoren mit wie Ess- und Trinkverhalten oder Vorbildfunktion der Eltern: «gesunde» Haltung gegenüber Ernährung und Bewegung, Vermeidung von unsensiblen Bemerkungen bezüglich Gewicht oder Figur, regelmässige Mahlzeiten am gemeinsamen Familientisch.

Ess- und Trinkverhalten durch Kernbotschaften verändern

Das Thema Kinderernährung ist seit diesem Jahr auch eines der Kernthemen der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung (SGE). Im Gespräch mit SGE-Geschäftsführerin Pascale Mühlemann und Angelika Welter, Projektleiterin Schul- und Kinderprojekte, wollte BILDUNG SCHWEIZ erfahren, wie das Ess- und Trinkverhalten von Jugendlichen und Kindern positiv beeinflusst werden kann.
«Mit Aufforderungen und Ermahnungen erreicht man erfahrungsgemäss nicht sehr viel», betont Pascale Mühlemann. «Die Kinder wissen in der Regel schon, was gesund ist, dass Cola nicht so gesund ist und sie eher Früchte essen sollten.» Die Umsetzung sei schwierig. «Deshalb scheint es uns wichtig, dass die Kinder gesunde Ernährung in der Schule erleben wie z.B. das Zubereiten eines gemeinsamen Znüni. So bekommen sie Spass daran, und vielleicht schmeckt ih-

Es kann der Gesellschaft nicht gleichgültig sein, wie sich ihre heranwachsenden Mitglieder ernähren und wie sie mit dem riesigen Warenangebot umgehen.

nen eine Frucht in einer anderen Form plötzlich. Häufig geht's ja auch ums Probieren.»

Fünf Kernbotschaften

Was vielen Erwachsenen als «Lebensmittelpyramide» ein Begriff ist, soll nun auch für 5- bis 12-jährige Kinder und deren Eltern erarbeitet werden. Im Mittelpunkt stehen dabei einfach formulierte Kernbotschaften. Sie sollen mithelfen, eine gesunde Ernährung von Kindern und Jugendlichen anzustreben.
Die fünf folgenden Botschaften sind wissenschaftlich fundiert und sollen positive Veränderungen im Ess- und Trinkverhalten unterstützen:

1. Die erste Botschaft möchte die Kinder animieren, ihren Durst mit Wasser anstatt mit gesüssten Getränken zu löschen. Gesüsste Getränke liefern nämlich in der Regel viele Kalorien und gewöhnen die Kinder an den Süssgeschmack.
2. Es gibt ein grosses Angebot an Gemüsen und Früchten. In der zweiten Botschaft geht es darum, diese Vielfalt zu entdecken und kennenzulernen. Empfohlen werden Gemüse und Früchte zu jeder Haupt- und Zwischenmahlzeit.
3. Ständig nebenbei essen kann zu Übergewicht führen. Laut der dritten Botschaft ist es besser, regelmässig zu essen. Am besten beginnt der Tag mit einem ausgewogenen Frühstück.
4. Die vierte Botschaft zeigt, worauf es bei der Auswahl von Lebensmitteln ankommt. Gross geschrieben wird Abwechslung. Ab und zu darf es auch mal eine Süssigkeit sein. Kalorien- und fettreiche Lebensmittel sollten aber eher sparsam genossen werden.
5. Beim Fernsehen wird häufig unbewusst über den Hunger hinaus gegessen. Deshalb besser nicht gleichzeitig fernsehen und essen. Die fünfte Botschaft empfiehlt, sich Zeit für gemeinsame Mahlzeiten (beispielsweise mit der Familie) zu nehmen und das Essen zu geniessen.

SGE-Angebote für Lehrpersonen

«Die Ess- und Trinkgewohnheiten in der Schule werden schon im frühen Kindesalter festgelegt, deshalb ist es so wichtig, dass die Ernährungsaufklärung bereits dann beginnt. Um die Kinder zu erreichen, führt ein wichtiger Weg über Kindergarten und Schule», betont Angelika Welter, Projektleiterin Schul- und Kinderprojekte bei der SGE.
Die SGE unterstützt deshalb Lehrpersonen mit Unterrichtsmaterial wie beispielsweise den Medienpaketen «Nutrikid». Als weiteres Angebot nennt Welter die Beurteilungen von Unterrichtsmaterialien für alle Stufen zum Thema Ernährung sowie den regelmässig erscheinenden Newsletter für Lehrpersonen, wo über Aktuelles im weiten Bereich der gesunden Ernährung berichtet wird.

Mehr Unterstützung für den Unterricht

Schliesslich berichtet Angelika Welter von einer aktuellen Online-Umfrage bei Lehrpersonen und Schulverantwortlichen, welche im Juni dieses Jahres in Zusammenarbeit mit der Uni Bern durchgeführt wurde und an welcher über 750 Lehrkräfte mitmachten. Thema der Umfrage war die Bewertung der schulspezifischen Angebote und Dienstleistungen der SGE sowie die Frage, welche Unterstützung sich Lehrkräfte und Schulen wünschen, um das Thema Ernährung im Unterricht und in Projekten umzusetzen. Angelika Welter zeigt sich grundsätzlich zufrieden: «Die Angebote wurden mehrheitlich als nützlich angesehen. Viele Lehrpersonen wünschen jedoch mehr Unterrichtsunterlagen wie fertige Arbeitsblätter und mehr Unterstützung bei der Elternarbeit. Die SGE möchte die Wünsche der Lehrpersonen berücksichtigen und wird deshalb im nächsten Jahr Unterrichtsvorschläge zu den Kernbotschaften erarbeiten.» Madlen Blösch

Weiter im Netz

www.sge-ssn.ch > Rubrik Schule
newsletter@sge-ssn.ch – Newsletter für Lehrpersonen
www.nutrikid.ch – Materialien zur schulischen Ernährungserziehung
www.nutrinfo.ch – Informationsdienst mit unentgeltlichen Fachauskünften
www.tabula.ch – Zeitschrift für Ernährung, offizielles Publikationsorgan der SGE; 4 Nummern pro Jahr. Abonnement (Schweiz): Fr 30.–, zu bestellen bei: shop@sge-ssn.ch; SGE-Mitglieder erhalten Tabula und profitieren von vielen weiteren Vorteilen. Kontakt: Schweizerische Gesellschaft für Ernährung (SGE) – Societé Suisse de Nutrition (SSN), Effingerstrasse 2, Postfach 8333, 3001 Bern, Telefon 031 385 00 00

Schweizerische Gesellschaft für Ernährung (SGE)

Die 1965 als gemeinnützige Organisation gegründete Schweizerische Vereinigung für Ernährung (SVE) tritt seit 2004 unter ihrem neuen Namen «Schweizerische Gesellschaft für Ernährung» (SGE) auf. Ihr fachliches Fundament bilden einerseits die rund 6000 Einzelmitglieder, wovon die meisten aus dem Bildungs- oder Gesundheitsbereich oder ernährungsinteressierte Konsumenten sind. Daneben umfasst die SGE rund 250 Kollektiv- und Gönnermitglieder sowie 100 Freimitglieder wie Standes- und Berufsorganisationen, Lebensmittelhersteller, Ausbildungsstätten oder Institutionen des Gesundheitswesens.
Die SGE setzt sich die folgenden Ziele: Aufklärung der Bevölkerung mit wissenschaftlich abgesicherten Informationen zu Ernährungsfragen, Förderung der ernährungswissenschaftlichen Forschung sowie die interdisziplinäre Vernetzung von Ernährungsfachleuten.
Im Rahmen des Projektes bildung+gesundheit Netzwerk Schweiz engagiert sich die SGE als Kompetenzzentrum Ernährung für Schulen. Mit ihren Dienstleistungen möchte sie Lehrpersonen bei der Verwirklichung des Projektziels «gute gesunde Schule» unterstützen. Die SGE gehört ausserdem zu den Trägern des Projektes «Nutrikid», welches Lehrmittel zur Ernährungsinformation und -erziehung von Kindern und Jugendlichen veröffentlicht.

Auch Lehrpersonen essen nicht immer gesund

Eine kleine, selbstverständlich nicht repräsentative Umfrage bei Lehrpersonen betreffend Essgewohnheiten ergab, dass sich einige vorbildlich mit Esskultur und Ernährungsstil beschäftigen. Andern scheint es – vor allem unter der Woche – eher darum zu gehen, «so nebenbei» noch den Magen mit was auch immer zu füllen.

Die Fragen

1. Wie würden Sie Ihren Ernährungsstil definieren?
2. Was ist Ihnen wichtig beim Essen?
3. Haben sich Ihre Essgewohnheiten in den letzten Jahren verändert?
4. Kennen Sie die Lebensmittelpyramide der Schweiz. Gesellschaft für Ernährung?
5. Welches ist Ihre Hauptmahlzeit? Warum?
6. Nehmen Sie sich Zeit für ein ausgiebiges Frühstück?
7. Was haben Sie gestern zu Mittag gegessen?

Die Antworten

Beat Farronato, 48, Primarschule Kleinhüningen, Basel, im Moment eine erste Klasse

1. Einfach, gesund, Vollkost.
2. Dass ich satt werde! Abwechslungsreiche Küche, gutes Stück Fleisch.
3. Die Essmengen sind bedeutend kleiner geworden, ansonsten keine Änderungen
4. Ja, schon gehört.
5. Mittagessen im Wechsel mit Nachtessen je nach Zeit und Anzahl der anwesenden Familienmitglieder.
6. Kein ausgiebiges Frühstück während der Woche.
7. Gestern ass ich in der Schule nur ein Sandwich.

Simone Richener, 36 Orientierungsschule Insel, Basel, 5. bis 8. Schuljahr

1. Meistens ausgewogen und gesund, aber der Genussfaktor spielt auch eine grosse Rolle.
2. Mir ist wichtig, dass am Tisch eine angenehme Stimmung herrscht, vor allem nicht zu laut. Von meinen Kindern erwarte ich Tischmanieren. Ausserdem ist mir wichtig, dass ich selbst entscheiden kann, was und wie viel ich esse.
3. Ja, durch meine Kinder koche ich eher kindergerechte Menüs. Ausserdem achte ich vermehrt auf gesunde und ausgewogene Ernährung.
4. Ja, habe ich in der Schule gelernt (im Hauswirtschaftsunterricht).
5. Das Mittagessen. Ausser am Mittwoch und am Wochenende. Unter der Woche brauche ich etwas Handfestes über den Mittag. Ich finde auch, dass mein Sohn nach dem Kindergartenmorgen ein richtiges Essen braucht. Am Mittwoch fehlt mir dazu die Zeit (Sitzung), und am Wochenende nehmen wir ein grosses Frühstück und essen am Abend warm.
6. Ich nehme mir Zeit für Kaffee, Jogurt und Brot oder Cornflakes. Mehr mag ich nicht.
7. Teigwaren mit einer Pesto Rosso und dazu einen grossen gemischten Salat.

Markus Wehrli, 49 Gymnasium Bäumlihof, Basel

1. So abwechslungsreich wie möglich.
2. Genügend Zeit zu haben, um zu essen. Wenn möglich ein ausgewogenes Menü zu essen mit viel Gemüse.
3. Nein.
4. Ja.
5. Schwer zu sagen. Mir ist das Frühstück sehr wichtig. Ob es dann ein grosses Mittagessen oder ein grosses Abendessen gibt, hängt vom Tagesprogramm ab. Generell versuche ich, eher das Mittagessen üppiger zu gestalten als das Abendessen.
6. Ja, immer!
7. Einen gemischten Salat aus der Schulmensa.

Marie-Hélène Stäger, LCH-Vizepräsidentin; Geschäftsführung und Verbandsarbeit 80 %; Stufe Kindergarten 20 %

1. Ungesund, weil sehr unregelmässig!
2. Je nach Tag: richtig gut mit Gemüse / Salat / Beilagen / gutes Fleisch (wenn ich kochen muss) oder eben fastfood-mässig.
3. Ja, ich koche nicht mehr regelmässig für meine (Gross-) Familie, so dass ich oft eben nur «aus dem Kühlschrank oder Kasten» esse... (unregelmässige Esszeiten, weil ich oft auswärts bin).
4. Ja.
5. Keine oder eher abends, da dann am ehesten alle Familienmitglieder zusammenkommen und gemeinsam gegessen wird.
6. Ich nehme mir immer Zeit fürs Kaffeetrinken; die «Frühstückszeit» ist mir sehr wichtig, ich esse aber selten und dann wenig.
7. Reis, Geschnetzeltes, Karotten und Salat, Fruchtsalat.

Bernadette Schmidig, 55 Schulhaus Hohfuri Bülach, Sprachheilkindergarten

1. Hoher Essensstandard täglich.
2. Gute Atmosphäre, möglichst ausgewogene Inhaltsstoffe, biologischer Herkunft. Wenig Fett, Fabrikzucker.
3. Wieder etwas Fleisch pro Woche.
4. Esspyramide kenne ich seit 12 Jahren. War grosses Thema während meiner US-Zeit.
5. Meine Hauptmahlzeit ist jene abends. Gemeinsames Essen mit Angehörigen. Getreideprodukte, wenig Milchprodukte und gekochtes Gemüse. (Gärgefahr bei Rohgemüse abends.)
6. Zum Frühstück vorzugsweise Früchte, Buchweizen- und Dinkelkleie in Bifidusjoghurt, Getreidekaffee.
7. Rotes Linsengericht mit Karotten und Kefengemüse, Früchte, Kaffee und zwei Dinkelbiscuits, ein Glas Hahnenwasser.

Maria Schelbert, 42 Hauswirtschaftslehrerin in Zug, Ernährungsberaterin www.bewusstessen.ch

1. Naturbelassenene, biologische Mischkost. Bei der Wahl der Nahrung achte ich, wenn immer möglich, auf fairen Handel, gute Qualität und saisonale, inländische Produkte.
2. Genuss und Bekömmlichkeit, gute Atmosphäre.
3. Ja, ich esse mehr warme Mahlzeiten und weniger Rohkost.
4. Es gibt verschiedene Ernährungspyramiden. Fett-, Eiweiss- und Kohlenhydratlieferanten erhalten immer wieder andere Positionen, je nach dem, was vertreten werden möchte. Oft sind leider schon die Deklarationen innerhalb einer Gruppe etwas unklar, insbesondere bei den Kohlenhydratlieferanten.
5. Mittagessen. Abends bekommen mir grosse Mahlzeiten nicht.
6. Ja – das Frühstück ist für mich sehr wichtig
7. Gemüsewok mit Poulet, Basmati-Vollreis und einen kleinen Klecks Sauerrahm mit frischem Koriander.

Umfrage: Madlen Blösch

Mensch, werde wesentlich

mit Kindern unterwegs in der neuen Zeit

Erziehung? Selbsterziehung?
Symposium in Caux: **17./18. November 2007**

Einführungsvorträge in Bern, Chur, Luzern, Basel, Zürich, Aarau und Kreuzlingen

Die neuen atmosphärischen Bedingungen rufen den Menschen auf, seinen wahren Kern zu ent-wickeln...

Information und Reservation: Tel. 021 966 10 10
Internationale Schule des Goldenen Rosenkreuzes
Programm: www.rosicrucianum.ch/innewerden

SGE Schweizerische Gesellschaft für Ernährung
SSN Société Suisse de Nutrition
SSN Società Svizzera di Nutrizione

Interessieren Sie sich für gesunde Ernährung?

Wollen Sie regelmässig wissenschaftlich abgesicherte Informationen zu gesunder Ernährung erhalten? Als SGE-Mitglied profitieren Sie u.a. von folgenden Dienstleistungen und Angeboten:

- Gratisabo der Zeitschrift für Ernährung TABULA (4 Ausgaben pro Jahr)
- Gratisexemplar aller SGE-Neuerscheinungen (ausgenommen Bücher)
- 50% Ermässigung bei Bestellung von SGE-Publikationen
- kostenlose Fachauskünfte über den Informationsdienst NUTRINFO®

Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE

Der Wissenschaft verpflichtet – Ihr Partner für gesundes Essen und Trinken
www.sge-ssn.ch

Regelmässige Informationen über gesunde Ernährung!

☐ Ich will Mitglied bei der SGE werden (Einzelmitglied Schweiz CHF 75.–/Jahr, inkl. TABULA-Abo)

☐ Meine Schule will Mitglied bei der SGE werden (Kollektivmitglied Schweiz CHF 150.–/Jahr, inkl. TABULA-Abo; für Institutionen mit weniger als 100 Mitarbeitern)

☐ Meine Schule will Mitglied bei der SGE werden (Kollektivmitglied Schweiz CHF 300.–/Jahr, inkl. TABULA-Abo; für Institutionen mit mehr als 100 Mitarbeitern)

☐ Ich/meine Schule will TABULA abonnieren (4 Ausgaben pro Jahr, Abonnement Schweiz CHF 30.–/Jahr)

☐ Bitte schicken Sie mir Informationen zur SGE

Schule/Institution _____

Vorname/Name _____

Strasse/Nr. _____

PLZ/Ort _____

Beruf _____

Tel. _____

E-Mail _____

Talon einschicken an: SGE, Effingerstr. 2, Postfach 8333, 3001 Bern;
Fax 031 385 00 05, E-Mail info@sge-ssn.ch

Woher kommt unsere Nahrung?

Die Biosphärenschule geht den (Ur)Sachen auf den Grund

Verbringen Sie mit Ihrer Klasse unvergessliche Tage in der UNESCO Biosphäre Entlebuch. Ob Schulreise oder Klassenlager – bei uns finden Sie sicher etwas Passendes.

Vom Gras zur Milch - Käsekunst selber erleben - Kräuter wirken Wunder - sind nur einige unserer zahlreichen Module im Themenbereich Ernährung.

Weitere Informationen erhalten Sie bei:
UNESCO Biosphäre Entlebuch
Chlosterbüel 28, 6170 Schüpfheim
zentrum@biosphaere.ch - www.biosphaerenschule.ch

Herzlich Willkommen im grössten Schulzimmer der Welt.

«Extrem hoch belastet»

Belastungen und Stress in der Schule führen oft zu Unfällen – auch nach Feierabend zu Hause. Zur Prävention gibt es Safety-Tools-Kurse der bfu für Lehrpersonen.

Safety-Tool-Kurse der bfu für Lehrpersonen für mehr Sicherheit am Arbeitspatz.

Im Berufsumfeld von Paola Lurati hat Sicherheit einen hohen Stellenwert. Seit sieben Jahren ist sie bei der Beratungsstelle für Unfallverhütung (bfu) tätig als Moderatorin der Safety-Tool-Kurse für Lehrpersonen an Primar- und Sekundarschulen.
Wenn sich Schulleiter oder Direktoren einer Schule bei ihr melden, gehe es immer um Sicherheitsfragen bei Lehrpersonen, sagt Paola Lurati. «Sie machen sich Sorgen um deren physische und psychische Gesundheit.» Es gebe Fragestellungen, die könne sie telefonisch oder schriftlich erledigen; häufig sei aber eine Beratung an Ort notwendig.

Warum immer wieder diese Unfälle?

Vor Ort heisst für sie, sich in der betroffenen Schule ein genaues Bild zu machen um zu erfahren, weshalb es beispielsweise immer wieder zu Unfällen komme. Dazu hält die Sicherheitsexpertin fest: «Die Lehrkräfte sind extrem grossen Belastungen ausgesetzt: Am Arbeitsplatz müssen sie viel Energie einsetzen für die Unterstützung der hilfsbedürftigen Schülerinnen und Schüler. Zu Hause haben sie mit den alltäglichen Familienproblemen zu kämpfen. Oft werden sie auch in den Freizeitaktivitäten mit verschiedenen menschlichen Problemen konfrontiert. Eile, Zeitmangel, fehlende Unterstützung seitens des Arbeitgebers, Energiemangel, der sich durch chronische Müdigkeit bemerkbar macht und oft mit Schlafproblemen einhergeht, begünstigen das Eintreten eines Unfalls.»

Aktive Prävention

Nach der Bestandesaufnahme schlägt Paola Lurati je nach Resultat vor, einen Infotag zu organisieren, an welchem alle Involvierten teilnehmen sollten. «Solche Kurse haben das Ziel, Lehrpersonen oder zukünftige Lehrkräfte über das Umfeld der Unfallprävention zu informieren und zu sensibilisieren. Ihr Wissen dient vor allem den Schülerinnen und Schülern. Lehrpersonen können viel tun und die bfu zeigt ihnen, wie und womit. Die Kurse dauern jeweils zwei bis vier Stunden und vermitteln den Lehrpersonen alle Werkzeuge (Tools), um in der Schule eine aktive Prävention durchzuführen.» Die bfu stelle kostenlos Unterlagen zur Verfügung, das den Schulen nutzen könne.
Wie sensibilisiert sie die Leute und welche konkreten Tipps gibt sie, um Unfälle in der Freizeit oder im beruflichen Alltag zu vermeiden? «Im beruflichen Alltag müssen die Lehrpersonen auf psychologische Gefahren achten. Ein konstanter Stresszustand, Burn-out und Erschöpfung enden vielfach in Krankheiten und in Berufs- und Nichtberufsunfällen. In der Freizeit unterscheiden wir die Bereiche Haushalt, Sport und Strassenverkehr.»
Zu Hause müsse die Aufmerksamkeit der Lehrpersonen auf eine optimale Organisation gerichtet sein: «Generell keine Eile, guter Zustand von elektrischen und anderen Werkzeugen, deren Unterhalt nicht vergessen. Präventionsmassnahmen gegen Stürze (rutschsichere Streifen auf Treppen), Teppiche für Dusche und Bad.»

Gefahren im und um das Schulhaus

Für Paola Lurati geht die Sicherheitsprävention noch weiter und umfasst auch Gebäude und unmittelbare Umgebung eines Schulhauses. Erfahrungsgemäss können auch das Vorhandensein chemischer Stoffe im Innern des Gebäudes, zu hohe oder zu tiefe Temperaturen, Lärm im Falle von nahen Strassen, Licht oder rutschige Fusswege Gefahren bergen. Weiter gelte es abzuklären, ob Fluchtwege vorhanden und falls ja, wie und wo diese dokumentiert seien. Diesbezüglich rät Paola Lurati den Verantwortlichen, eine Auflistung aller bekannten Gefahren vorzunehmen und entsprechende Massnahmen festzuhalten.

Keine Überforderung im Sport

Im sportlichen Bereich ist für sie unabdingbar, dass Schutzmaterial wie Ski- oder Velohelme benutzt und Gelenkschoner aller Art eingesetzt werden. Erhöhte Aufmerksamkeit sei auf Skipisten oder beim Velofahren geboten. «Es ist wichtig, dass Sport nach eigenen Kräften und Fähigkeiten betrieben wird und keine Überforderung stattfindet.» Ein regelmässiges Training wirke entsprechend vorbeugend. Dass gerade im Sport «Fair play» gilt, ist für sie in diesem Zusammenhang selbstverständlich.
Auch im Strassenverkehr lässt sich nach Meinung von Paola Lurati aktive Prävention betreiben: Beachtung der Normen wie etwa der Alkoholhöchstgrenze von 0,5 Promille oder der Tempolimite, defensives Fahren und Benützung der Sicherheitsgurten. mbl

Weiter im Netz

www.bfu.ch

BodyTalk Workshops - Fühl Dich wohl in Deinem Körper

Unter dem Patronat von PEP *Suisse* (Prävention Essstörungen Praxisnah) bieten Fachpersonen kostenlose Workshops (WS) für Jugendliche zur Stärkung der Körperzufriedenheit und des Selbstwertgefühls an.

BodyTalk unterstützt im Sinne einer alltagsnahen Gesundheitsförderung Ressourcen und Kompetenzen von Jugendlichen. Die WS regen zu selbstbewusstem und kritischem Umgang mit Schönheitsnormen und körperorientierten Leistungsidealen an und ermuntern zu persönlichen, vielfältigen Definitionen von Schönheit. Zielpublikum sind 13- bis 16-jährige Jugendliche. Die WS dauern zwei Lektionen.

Die Lehrpersonen nehmen an den WS für Jugendliche nicht teil. Sie werden in einer zusätzlichen Weiterbildung (1.5 Std.) über die Inhalte von BodyTalk und über Früherkennung von - und Frühintervention bei Essstörungen informiert. Damit will BodyTalk Themen und Strategien der Gesundheitsförderung rund um Essen, Figur und Wohlbefinden im Fachkollegium nachhaltig verankern.

Interessierte wenden sich an:

> bodytalk@pepsuisse.ch
> www.pepsuisse.ch
> Initiative für wahre Schönheit auf www.dove.com

BodyTalk wird unterstützt durch Dove

«Wir müssen die Türe unserer Schule einfach weit aufmachen»

Vernetzt statt verstrickt – in Hombrechtikon im Kanton Zürich wurde ein tragfähiges Netzwerk für den Umgang mit Gewalt, Sucht und anderen Jugendproblemen aufgebaut.

Foto: zVg.

Einige «Peacemaker» von Hombrechtikon mit Lothar Janssen. «Peacemaker» sind gewählt und ausgebildet, um bei der friedlichen Lösung von Konflikten zu helfen.

An der multidisziplinären Fachtagung «Früherkennung und Frühintervention bei Jugendlichen» von Ende Januar in Luzern stellte Lothar Janssen zusammen mit rund 20 Personen aus Hombrechtikon ein einzigartig funktionierendes Netzwerk persönlich vor. Dieses ermöglicht unter anderem ein gut funktionierendes Früherkennungssystem, welches die Eltern bereits ein Jahr vor dem Kindergarteneintritt ihres Kindes kennenlernen.

Madlen Blösch

Der Auftritt war beeindruckend: da standen an die 20 junge und ältere Hombrechtikoner vor dem Podium und zeigten durch ihre Präsenz das Netzwerk ihrer Gemeinde auf. Vom Polizist über den Gemeindepräsidenten, Mitglied der Schulpflege, Jugendarbeiter, Präsident Jugendkommission bis zu vier «Peacemakern» und Lothar Janssen von der Beratungs- und Präventionsstelle Hombrechtikon als eigentliche Anlaufstelle. Der Tenor dieser Vorstellungsrunde war klar: Jeder weiss, was der andere macht und wann man sich wo hinwenden kann.

BILDUNG SCHWEIZ wollte von Lothar Janssen, Lehrer und Fachpsychologe FSP mit abgeschlossenem Theologiestudium, mehr über dieses faszinierende Netzwerk erfahren. Im kleinen, zweckmässig eingerichteten Büro beginnt er zu erzählen. «Meine Stelle wäre nicht möglich gewesen, wenn nicht bereits 2001 eine Gruppe engagierter Lehrpersonen begonnen hätte mit dem Aufbau eines Netzwerks. Daraus ist dann ab 2002 im Zuge der Professionalisierung der Schulreform eine Anlaufstelle entstanden. Der Geist war da; ich habe nur noch geerbt.» Die Schule kannte Lothar Janssen bereits, weil er schon länger Religionsunterricht erteilt. Diese Tätigkeit an der Basis komme ihm auch als Ansprechpartner der Anlaufstelle zugute.

«Spielen heisst nicht Play station»

Vor sechs Jahren wurde er von der Schulgemeinde angestellt. «Ich bin zuständig vom Kindergarten bis zur Oberstufe für alles, was rund und nicht rund läuft.» Wenn er zurückblickt – hat die Anzahl der Interventionen, Problemfälle zugenommen? Er verneint. «In den letzten zwei, drei Jahren nimmt es kontinuierlich ab.» Als Grund nennt er die Tatsache, dass inzwischen bereits ein Jahr vor dem Kindergarten alle Eltern zu einem ersten Informationsabend eingeladen werden. Anwesend sei, neben der Kindergärtnerin, dem Schulleiter und Lothar Janssen auch ein Vertreter der Bildungsdirektion. Für grössere Ausländergruppen wie beispielsweise die Portugiesen oder Kosovo-Albaner stehen entsprechende Kulturdolmetscher zur Verfügung.

Es gehe in erster Linie darum, allen Eltern zu erklären, was Kindergarten bedeutet und was Lernen bedeutet – dass Spielen beispielsweise nicht Play station heisse. «Dieser Abend soll einen ersten Kontakt herstellen. Dadurch können wir, weil wir unten schauen, recht schnell Prävention und Intervention machen und auch die Hochrisikoleute rausfiltern.»

Das zurzeit grösste Hochrisikokind von Lothar Janssen ist ein achtjähriger Knabe. «Er ist sehr frech gegenüber an-

deren Kindern, tritt sie wo er kann und wirft ihnen Schimpfwörter der übelsten Sorte an den Kopf. Seine Aggressivität zeigt sich auch beim unmittelbaren Beissen und indem er gleichaltrige Mädchen auf dem Schulweg schlägt.» Dabei werde er nicht etwa gehänselt, sondern mache dies «einfach so».
Janssen berichtet weiter: «Seine Lehrerin engagierte sich sehr in dieser Sache; er musste schliesslich zur Schulleiterin und danach auch zu mir.» Nun gelte es weiterführende Massnahmen abzuklären, unter anderem auch mit der Sozialbehörde. «Gerade in solchen Fällen kommt uns das vorhandene Netz entgegen. Wir können rasch austauschen und wissen sofort, wer wo der Ansprechpartner ist.»
Wichtige Informationen bekommt Lothar Janssen von den Peacemakern (üblicherweise zwei Jugendliche aus jeder Klasse, die gewählt werden, um Friedensstifter oder -stifterinnen für ein Jahr zu sein). «Auch von ihnen kommt alles zu mir, und ich mache dann die Triage», fährt Janssen fort. Er trifft sich alle vier bis sechs Wochen mit den 20 bis 25 Peacemakern der Ober- und Mittelstufe, um zu erfahren, was läuft, aber auch zu Weiterbildungsthemen. Das Zauberwort bei den Peacemakern heisse Partizipation, das stärke auch deren Selbstentwicklung.

«Faustlos» im Kindergarten

Prävention beginnt bereits im Kindergarten; dort ist das Programm «Faustlos» implementiert. Die Kinder lernen anhand von Bildtafeln mit Hund und Schnecke Emotionen zu unterscheiden. Lothar Janssen dazu: «Mich holt dann die Kindergärtnerin, falls nötig, für Interventionen. Und ich koordiniere die nächsten Schritte in Zusammenarbeit mit dem Schulleiter.» Dieses Prozedere laufe auch in den ersten drei Primarklassen ähnlich ab. Dort wird mit dem Programm «Pfad» (Positive Förderung alternativer Denkwege) gearbeitet. «Das heisst etwa, alle Emotionen sind gut, nur wie du sie gerade ausdrückst, ist vielleicht nicht so gut.» Teilweise würden auch noch in der 4. Klasse Teile von «Pfad» übernommen; in den 5. und 6. Klassen gebe es bereits Peacemaker.
Und wenn draussen, ausserhalb des Schulgeländes, unschöne Geschichten laufen? «Dazu haben wir den Begegnungsort des Runden Tisches für Jugendliche und Erwachsene geschaffen, wo beispielsweise auch der Gemeindepräsident eingebunden ist. Wir müssen die Türe unserer Schule einfach weit aufmachen. Dann wird auch vieles selbstverständlich.»
Noch vor den Herbstferien ist übrigens der traditionelle Rundgang für die erste Oberstufe geplant. Die Jugendlichen besuchen, zusammen mit den Lehrern, das Jugendhaus, die Mobile Jugend-Gassenarbeit, Samowar (Suchtberatungsstelle) und am Schluss des Vormittags landen sie noch bei Lothar Janssen: «Dann wissen auch sie, wo sie sich Hilfe holen können.»

Eltern zu spät ins Boot geholt

Noch ein Wort zu den Problemfällen. Als Janssen anfing, gab es regelrechte Mädchengangs. «Mit allem hatte ich gerechnet, aber damit nicht», meint er lachend. Letztes Jahr standen sexuelle Übergriffe im Internet im Vordergrund sowie Mobbing. «Schlägereien haben wir äusserst selten, wenn es Konflikte gibt, dann eher auf der verbalen Ebene.» Weiter sei das Kiffen immer mal wieder aktuell. «Es sind jedoch Einzelfälle, denn wir kennen die Problemfälle seit dem Kindergarten.»
Vieles regle sich auch direkt, beispielsweise im Falle von Gewaltszenen auf dem Handy, die «cool auf dem Pausenplatz rumgeschickt werden». Solche Schüler würden sehr geächtet; es entstehe ein enormer Druck durch die Peer Group, welche dann ihrerseits eigene Regeln aufstelle.
Zur Einbindung der Eltern sagt Janssen, dass diese in der Vergangenheit eher vergessen wurden. «Wir haben die Eltern immer zu spät ins Boot geholt, jetzt holen wir sie sofort rein. Es gibt nun einen standardisierten Ablauf, wer geht auf wen zu. Der Klassenlehrer weiss immer, wo was läuft – und die Eltern werden sehr schnell zum Gespräch eingeladen, an welchem auch der Jugendliche teilnimmt. Jeder Schritt ist transparent, beim Jugendlichen und bei den Eltern.»
Zum Schluss des Gesprächs meint Lothar Janssen lächelnd, das Ganze höre sich fast ein bisschen an wie im Paradies. Aber es gebe auch im Paradies ab und zu Streit... Das dürfe durchaus sein. Wichtig sei, die Schulkultur zu pflegen und die Arbeit aller wertzuschätzen.

Weiter im Netz

www.hombrechtikon.ch/bps > Beratungs- und Präventionsstelle

Der Runde Wisch

Auf dem in freundlichem Orange gehaltenen «Runden Wisch» sind elf wichtige Anlaufstellen von Hombrechtikon vermerkt. Sie reichen von der Suchtprävention Samowar über die Mobile Jugend-Gassenarbeit zur Jugendkommission und zum Gemeindepräsidenten bis zum Schulleiter und zur Beratungs- und Präventionsstelle von Lother Janssen. Auch vom «Freund und Helfer», dem Polizeiposten, und vom Sorgentelefon fehlen die Telefonnummern nicht. So wird auf einem kleinen runden «Wisch» das einzigartige Gemeindenetzwerk von Fachpersonen vorgestellt.

Schule Hombrechtikon

Die Gemeinde Hombrechtikon gehört zum Bezirk Meilen und zählt derzeit 8011 Einwohner. In den vier Schulhäusern besuchen aktuell 1070 Schülerinnen und Schüler die Schule. Mehr als 130 Lehrpersonen unterrichten diese von der ersten Primarklasse bis in die 3. Oberstufe. Daneben werden neun Kindergärten geführt.
Nicht zuletzt wegen günstiger Wohnmöglichkeiten zieht «Hombi» – wie die Gemeinde auch liebevoll genannt wird – vor allem Familien an. Trotzdem einer regelmässigen Wachstumsrate bleibt der Ausländeranteil konstant.
Hombrechtikon macht als eine von fünf Schweizer Pilotgemeinden beim Radix-Projekt «Hinschauen und Handeln» mit, dessen Abschlussbericht jetzt vorliegt. Dabei hat sich gezeigt, dass beispielsweise das Potenzial der vielen Vereine besser genutzt werden kann. Auch in diesem Bereich sollen nun verbindliche Ansprechpersonen benannt werden. Die vorhandenen Strukturen sind im positiven Sinne zu verfestigen und die Gemeinde soll vermehrt an Jugendpolitik partizipieren.

Time-out mit Familien-Anschluss

An der Fachtagung «Früherkennung und Frühintervention bei Jugendlichen», organisiert vom Fachverband Sucht, von Mitte Juni in Olten präsentierten die Schulen Frauenfeld ein Time-out-Projekt für Schülerinnen und Schüler. Wichtiger Bestandteil sind die wöchentlichen Multifamilientherapiesitzungen.

«Wenn Jugendliche plötzlich ausscheren, sich nicht mehr in ihre Klasse integrieren lassen, den Sinn des Besuchs der Schule aus den Augen verloren haben oder in eine persönliche Notsituation geraten, werden sie für ihre Klasse und die Lehrpersonen manchmal untragbar. Mit einem Time-out soll die Situation für alle Seiten entschärft werden», heisst es im Flyer, herausgegeben von der Sekundarschule Frauenfeld. «Im Projekt Time-out arbeiten wir seit Februar 2007 mit Jugendlichen», erklärt Sekundarlehrer Thomas Wenger gegenüber BILDUNG SCHWEIZ. «Die Planung zog sich über rund vier Jahre hin.»

Ein Time-out ist angebracht beispielsweise bei schwerwiegenden Verhaltensstörungen, unzumutbarer Belastung des Unterrichts oder des Schulklimas. In der Regel bleiben die Schülerinnen und Schüler drei Monate in der Time-out-Klasse, sagt Thomas Wenger. «Danach soll eine Lösung gefunden werden, wie es weiter gehen soll.» Das Frauenfelder Time-out-Modell sieht eine Ganztages-Struktur vor mit einer hohen Präsenz der Lehrkräfte. Gibt es auch Ausschlusskriterien? Wenger dazu: «Bei Verletzung unserer Regeln geht der Jugendliche zurück in die Obhut der entsprechenden Schulgemeinde.»

Beim Frauenfelder Time-out-Projekt wird auch das familiäre Umfeld stark einbezogen. «Die Erziehungsberechtigten sollen in der Zeit des schulischen Time-outs ein eigentliches Time-in erleben.» So würden in wöchentlich abgehaltenen Multifamilien-Therapiesitzungen – sie werden in Zusammenarbeit mit dem Thurgauer Kinder- und Jugendpsychiatrischen Dienst (KJPD) angeboten – Ziele gesetzt und Erziehungssituationen besprochen. Was das heisst, erklärt Thomas Wenger wie folgt: «Gemeinsames Bewusstwerden von Erziehungsproblemen schafft Entlastung für die Eltern und sorgt für eine Entstigmatisierung. Eltern und Jugendliche besprechen ihre Probleme.»

Auf die bisherigen Erfahrungen angesprochen, weiss Thomas Wenger zu berichten: «Wir hatten ein paar Ausschlüsse und auch ein paar Erfolgserlebnisse, die sich etwa die Waage halten. Die Multifamilientherapie ist für uns Lehrpersonen immer wichtiger geworden, da wir an gemeinsamen Zielen arbeiten, die wöchentlich besprochen und überarbeitet werden.»

mbl

Weiter im Netz
www.schulen-frauenfeld.ch
timeout@schulen-frauenfeld.ch

Foto: Marc Renaud

Noch Spiel und Sport oder schon ein Fall für die «Peacemaker»?

schule.bewegt – auch die Politik bewegt sich

Täglich mindestens 20 Minuten Bewegung – das ist die Grundidee von schule.bewegt. Über 2500 Schulklassen aus der ganzen Schweiz haben in den vergangenen zwei Jahren bei schule.bewegt mitgemacht, was immerhin – oder je nach Gesichtspunkt erst – knapp drei Prozent aller Schweizer Klassen ausmacht.

Edith Hunkeler, Rollstuhlsportlerin und «Gotte» von schule.bewegt, sagt: «Bewegung bedeutet Freiheit und gibt einem die Möglichkeit, eigene Grenzen kennenzulernen.» Und «Götti» Stefan Knobel, Beachvolleyballer (Bronze Olympische Spiele Athen 2004), findet: «Wer immer nur das tut, was er schon kann, der bleibt immer nur das, was er schon ist! Ich habe viele Sportarten ausprobiert und habe noch heute grossen Spass daran, etwas Neues zu lernen. Jeden Tag.»
Edith Hunkeler und Stefan Knobel sind zwei von 16 bekannten Schweizer Sportlerinnen und Sportlern, die schule.bewegt als Gotten und Göttis im Schuljahr 2007/08 unterstützen. Sie werden einzelne Klassen und Schulen besuchen.
Die Idee hinter schule.bewegt ist einfach: Alle Schulen und Klassen – sämtliche Stufen inklusive Kindergarten in der ganzen Schweiz und Liechtenstein – sind eingeladen, sich mehr zu bewegen. Und zwar mindestens 20 Minuten täglich. Selbstverständlich darf es auch mehr sein. schule.bewegt ist jedoch kein Ersatz für den obligatorischen Sportunterricht, sondern als Ergänzung gedacht. Wo Schülerinnen und Schüler sich schliesslich bewegen, ist zweitrangig: das kann auf dem Schulweg – vorzugsweise zu Fuss, mit Fahrrad oder auf Rollen –, vor oder während dem Unterricht oder auf dem Pausenhof sein.
Alle teilnehmenden Schulen und Klassen verpflichten sich zu mindestens 20 Minuten Bewegung täglich – sei dies während eines Quartals oder länger. Dabei bestimmt jede Klasse selber, wie und wo sie sich bewegt. schule.bewegt stellt allen teilnehmenden Klassen Ideen und Material zur Verfügung, die Bewegungseinheiten vielseitig und attraktiv zu gestalten.

Zwei bewegte Module im Schuljahr 2007/08

Die «bewegten» Schülerinnen und Schüler können im laufenden Schuljahr zwischen zwei Modulen wählen: Modul Basic und Modul Fussball+. Während das Modul Basic auf täglicher polysportiver Bewegung basiert – alle Teilnehmenden erhalten einen Frisbee – liegen dem Modul Fussball+ eher fussballspezifische Bewegungsideen zu Grunde. Jede Schülerin und jeder Schüler bekommt einen Minifussball. «Fussball+ ist das ideale Modul für das vierte Quartal im Schuljahr 2007/08. Die Uefa EURO 2008 kann damit von den Klassen thematisch und bewegt miterlebt werden», wird im aktuellen Flyer dafür geworben.

Bewegung verbessert Konzentration

Weil es vielen Kindern vor allem am nötigen Raum fehlt, um ihre Bewegungslust auszuleben, wurde vor zwei Jahren im Rahmen des Internationalen Jahres des Sports und der Sporterziehung 2005 schule.bewegt lanciert. Bundesrat und Sportminister Samuel Schmid gab im Januar 2005 den Startschuss. Neben dem Bundesamt für Sport (BASPO) und der Schweizerischen Konferenz der kantonalen Erziehungsdirektoren (EDK) unterstützen weitere Partner wie die Beratungsstelle für Unfallverhütung (bfu) und das Bundesamt für Gesundheit (BAG) diese Aktion. Bereits über 2500 Schulklassen mit rund 50 000 Schülerinnen und Schülern aus der ganzen Schweiz haben in diesen beiden Jahren bei schule.bewegt mitgemacht. Inzwischen wurden viele Pausenplätze bewegungsfreundlicher gestaltet, und es entstanden zusätzliche bewegungsfördernde Angebote.
Über 60 Prozent der teilnehmenden Lehrpersonen stellen fest, dass sich die Schülerinnen und Schüler beispielsweise nach der «bewegten Pause» besser konzentrieren und somit besser lernen konnten. Generell nahm deren Freude an Bewegung und Sport zu, was für 80 Prozent der Lehrpersonen der Grund ist, auch nach Abschluss der Teilnahme an schule.bewegt mit ihren Klassen regelmässig und täglich in Bewegung zu bleiben.
Trotz des grossen Erfolgs bewegen sich zahlenmässig erst knapp drei Prozent aller Schweizer Klassen pro Schuljahr täglich mit schule.bewegt. Es ist deshalb erklärtes Ziel der Initianten, in Zukunft noch mehr Lehrpersonen und Schulleitungen zur Teilnahme an schule.bewegt zu motivieren. Insbesondere sollen auch Lehrpersonen, denen Bewegung und Sport eher zweitrangig sind, zusätzliche Unterrichtshilfen zur Verfügung gestellt bekommen.

Madlen Blösch

Weiter im Netz

www.schulebewegt.ch
www.aktive-kindheit.ch
www.baspo.ch
info@baspo.admin.ch

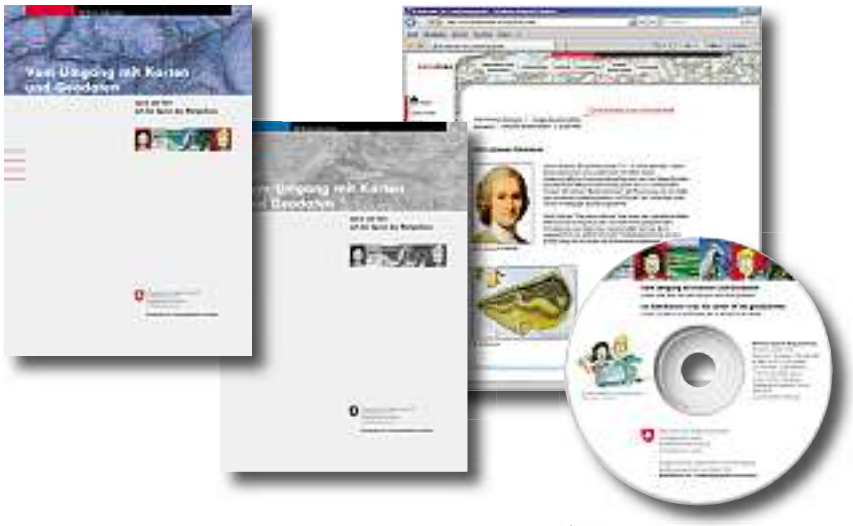
Gesucht: Der beste bewegte Video-Clip

schule.bewegt startet einen Wettbewerb: Welche Klasse gestaltet den besten Video-Clip zu schule.bewegt? Es gilt, einen Werbespot für schule.bewegt zu drehen, um damit weitere Klassen und Schulen zum Mitmachen zu motivieren. Kreative Ideen zur täglichen Bewegung sind gefragt.
Die Clips werden im April 2008 von einer Jury bewertet und die Gewinnerklassen anschliessend bekanntgegeben. Die zehn besten Spots werden auf der Website von schule.bewegt veröffentlicht. Zudem gewinnen die fünf besten Klassen je eine Teilnahme am Magglinger Sporttag. Und auf die nächsten Ränge sechs bis zehn wartet ein Schulbesuch durch eine Gotte oder einen Götti.
Der Spot sollte 20 bis maximal 30 Sekunden lang sein. Auf DV/Mini-DV-Format oder als DVD senden an: Bundesamt für Sport (BASPO), schule.bewegt, 2532 Magglingen. Einsendeschluss ist der 31. März 2008. Teilnahmeberechtigt sind alle Klassen und Schulen, die im Schuljahr 2007/08 bei schule.bewegt mitmachen.

Didaktisches Medienpaket
Karten lesen – leicht gelernt
Laure und Tom
auf den Spuren des Röstigrabens

Ein attraktives Hilfsmittel für den Geografieunterricht der Mittel- und Oberstufe 6. bis 9. Klasse

Das didaktische Medienpaket «Laure und Tom auf den Spuren des Röstigrabens» ist ein attraktives und zeitgemässes Hilfsmittel für den Geografieunterricht für die Mittel- und Oberstufe der Klassen 6. bis 9.
Ergänzt wird das Paket didaktischer Medien durch modernste Hilfsmittel, wie DVD, Internet, Video, Lehrbuch und diverses Kartenmaterial.
Die durchschnittliche Durcharbeitungszeit des Stoffs beträgt 6–8 Lektionen à 2 Unterrichtsstunden.
Das didaktische Medienpaket ist in Deutsch und Französisch erhältlich.
Das Ausleihen des didaktischen Medienpakets ist kostenlos (exkl. Schülerhefte). Die Schülerhefte sind persönliches Verbrauchsmaterial. Sie können zum Stückpreis von CHF 3.– bestellt werden.
Der Kaufpreis für das Gesamtpaket beträgt CHF 390.– (exkl. Schülerhefte).



Weitere Informationen unter
www.laureundtom.ch
www.swisstopo.ch

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Landestopografie swisstopo
www.swisstopo.ch

Bergbahnen bewegen

Angebote der Bergbahnen in Graubünden für die Schulen.
Saison 2007/2008 mit sehr günstigen Preisen und praxisnahem Schul- und Sportunterricht in den Wintersport einsteigen.
All-inclusive Angebote, welche «Schule» mit dem Erlebnis Schnee verbinden.

graubünden

Bitte abtrennen und zurückschicken.

Bitte senden Sie mir die neue Angebots-Broschüre Winter 2007/2008 «Schule im Schnee» der Bergbahnen Graubünden.

Vorname _____ Name _____

Schule _____

Adresse _____ PLZ/Ort _____

Einsenden an: Bergbahnen Graubünden, Postfach 63, CH-7031 Laax

Bildung Schweiz 2007

Telefon +41 (0)81 936 61 81, Fax +41 (0)81 936 61 82
info@bergbahnen-graubuenden.ch, www.bergbahnen-graubuenden.ch

«Burzelbaum»-Kinder sind beweglicher

Das Projekt «Burzelbaum» wurde 2005 in der Stadt Basel mit einer zweijährigen Pilotphase an acht Kindergärten gestartet. Dank «Burzelbaum» soll Bewegung als fester Bestandteil im Kindergartenalter etabliert werden. Nun liegt der Evaluationsbericht vor, mit erfolgreichen Resultaten: «Burzelbaum»-Kinder bewegen sich mehr, sind sicherer und mutiger geworden.

Foto: Marc Renaud

Nachhaltige Bewegungskultur an Schulen wirkt sich auch in den Familien aus.

«Das Projekt Burzelbaum tut den Kindern gut und macht ihnen extrem viel Spass. Mehr Bewegung wird so für die ganze Familie zum Thema», wird eine Elternreaktion aus der Evaluation im nun vorliegenden Schlussbericht zitiert. Eltern wie Lehrpersonen beurteilen das Projekt nach zwei Jahren positiv. So werden die Bewegungsmöglichkeiten in den Burzelbaum-Kindergärten als beinahe optimal angesehen. Immerhin wurden diese mit Baumstämmen, Strickleitern, Hängematten, Bogenschaukeln und Klettergriffen umgestaltet. Denn in keinem Lebensalter ist der natürliche Bewegungsdrang so gross, wie während der Kindheit: Kinder wollen rennen, klettern, spielen, sich verstecken und austoben. Aber immer weniger haben – vor allem in städtischer Umgebung – die Möglichkeit, sich, mangels Freiräumen, altersgerecht zu bewegen. Für «Räuber und Poli» oder «Fangis» bleibt auch in der Freizeit wenig Platz; entsprechend häufig wird dafür der Computer eingeschaltet.

Mehr Spass an Bewegung

Der Schlussbericht hält nun fest, dass Basel-Stadt mit «Burzelbaum» auf dem richtigen Weg ist: die Kinder haben grundsätzlich mehr Spass an Bewegung, bewegen sich mehr und sicherer, sie sind ausgeglichener und wirken auch gesünder. Diese positiven Effekte waren bereits nach einem halben Jahr feststellbar; im zweiten Jahr der Teilnahme verstärkten sie sich noch mehr. Dagegen haben negative Effekte wie Unkonzentriertheit, unruhiges Verhalten oder Verletzungsanfälligkeit gemäss Aussagen von Eltern und Lehrpersonen deutlich abgenommen. Interessant ist dabei die Feststellung, dass Burzelbaum-Kinder etwas lauter sind als «gewöhnliche» Kindergarten-Kinder. Die Lautstärke sei jedoch nur ein geringes Problem, heisst es im Bericht.

In Burzelbaum-Kindergärten scheint sich zudem eine nachhaltige Bewegungskultur entwickelt zu haben, die sich häufig auch auf Kinder ohne Burzelbaum-Erfahrung überträgt und sich ebenfalls in den Familien auswirkt. So haben Eltern festgestellt, dass in der Familie mehr auf gesunde Ernährung geachtet, mehr gemeinsam unternommen wird und Kinder nun auch bei schlechtem Wetter eher nach draussen dürfen.

Diese Nachhaltigkeit der Bewegungskultur spreche dafür, so ein weiteres Fazit der Evaluation, Burzelbaum oder ähnliche Projekte während der ganzen Kindergartenzeit und sogar in der Primarschule anzubieten. Inzwischen machen 30 Kindergärten mit; bis im Jahre 2012 soll das Konzept in allen Kindergärten in Basel-Stadt eingeführt sein.

Die erfreulichen Ergebnisse bleiben auch schweizweit nicht ohne Echo: der Kanton Zürich und weitere Kantone wollen das Projekt «Burzelbaum» ebenfalls einführen. Madlen Blösch

Weiter im Netz

www.gesundheitsdienste.bs.ch/projekte/burzelbaum

Weiter im Text

Der Evaluationsbericht der Projekts «Burzelbaum» ist erhältlich bei: Abteilung Gesundheitsförderung und Prävention, St. Alban-Vorstadt 19, 4052 Basel
Tel. 061 267 45 20, Fax 061 272 36 88
E-Mail g-p@bs-ch

Mehr Bewegung im Kindergarten

«Burzelbaum» ist ein Projekt der Basler Kindergärten und des Kinder- und Jugendgesundheitsdiensts, unterstützt von der Fachstelle Schulsport und dem Ressort Sport, dem Institut für Sport und Sportwissenschaften der Universität und der Abteilung Jugend, Familie und Prävention. Im Rahmen des Projektes erhielten die Lehrpersonen eine breite Weiterbildung und die Kindergärten wurden bewegungsfreundlich umgestaltet.

Die Eltern werden ebenfalls ins das Projekt mit einbezogen. An einem Elternabend erfahren sie, wie sie die «Burzelbaum»-Idee auch zu Hause und in ihrer Freizeit umsetzen können.

Im vergangenen November wurde das Projekt «Burzelbaum» mit der IOC-Trophäe «Sport et Communauté» der Swiss Olympic Association ausgezeichnet.

Bauernkinder leiden seltener unter Asthma als Stadtkinder

Ein bis zwei Kinder mit Asthma sitzen im Durchschnitt in jeder Schweizer Schulklasse, so viele wie nie zuvor. Nicht jedes «Asthma» ist jedoch wirklich ein Asthma. Gerade im Jugendalter kommen nicht-asthmatische Atembeschwerden ausgesprochen häufig vor.

Zwar dürfte Asthma so alt sein wie die Menschheit – eine erste Erwähnung ist bereits in Homers «Ilias» vor über 2500 Jahren überliefert – doch liess sich ein dramatischer Anstieg der Asthma-Häufigkeit parallel mit einer Zunahme allergischer Erkrankungen gegen Ende des vorigen Jahrhunderts beobachten.

Daniel Trachsel

Die Ursache dieser Entwicklung bleibt bis heute weitgehend hypothetisch und scheint unter anderem auch in der verbesserten Hygiene begründet. Dies lassen beispielsweise Studien vermuten, wonach Bauernkinder seltener eine Allergie entwickeln als Stadtkinder, ebenso wie Allergien bei Bewohnern der ehemaligen DDR trotz höherer Luftverschmutzung seltener waren als in der Bevölkerung der alten Bundesländer. Muss sich das kindliche Immunsystem mit einem gewissen Mass an Schmutz und Krankheitserregern regelmässig auseinandersetzen, so scheint es, hilft dies, einer allergischen Entwicklung vorzubeugen.

Atemwege sind nicht starr

Nicht jedes Asthma entsteht jedoch auf dem Boden einer Allergie. Denn im Grunde bezeichnet der Begriff lediglich ein Übermass einer an sich durchaus normalen Reaktion der Atemwege, sich auf einen Reiz hin zu verengen. Denn unsere Atemwege sind nicht starr, sondern können ihren Durchmesser über die umgebende Ringmuskulatur variieren und den Luftstrom so dynamisch regulieren. Fällt diese Reaktion allerdings zu heftig aus, kommt es zu einer funktionell beeinträchtigenden Verengung der Atemwege. Die Medizin kennt dies unter dem Namen Bronchospasmus, das klinische Korrelat sind pfeifende Atmung, Engegefühl über dem Brustkorb und Atemnot. Behoben wird der Bronchospasmus im Akutfall durch die Inhalation von Medikamenten, welche die Ringmuskulatur entspannen und so die Atemwege wieder erweitern.

Was bewirkt denn nun, dass diese Bronchienverengung beim einzelnen Betroffenen überschiessend erfolgt? Es gibt eine Menge unterschiedlicher Faktoren, welche die Entstehung des Asthmas begünstigen. Zwei davon sind dabei besonders hervorzuheben: die genetische Veranlagung sowie eine länger anhaltende Entzündung der Atemwege. Erstere wird einem in die Wiege gegeben und ist damit bis auf weiteres nicht zu beeinflussen, letztere hingegen stellt den wichtigsten therapeutischen Angriffspunkt der so genannten Erhaltungstherapie dar. Der entzündliche Prozess in den Atemwegen kann jedoch nicht nur zu einer vermehrten Reizbarkeit der Ringmuskulatur führen, sondern behindert zudem den Atemfluss analog zur verschnupften Nase durch eine Schwellung der Schleimhaut und durch vermehrte Schleimbildung.

Unbehagen gegenüber Kortisonpräparaten

Der Entscheid für oder gegen eine antientzündliche Behandlung hängt von vielen Faktoren ab, nicht zuletzt von der Häufigkeit und dem Schweregrad der asthmatischen Symptome. Meist kommen dabei Kortisonpräparate zum Einsatz, was bei vielen Betroffenen bzw. deren Eltern Unbehagen auslöst. Die Zurückhaltung ist verständlich und in den bekannten erheblichen Nebenwirkungen von Kortison begründet, welche jedoch nur bei länger dauernder systemischer Therapie auftreten. Bei der Inhalationstherapie sehen wir diese Nebenwirkungen jedoch mit den verfügbaren, korrekt dosierten Präparaten nicht. Neuere, kortisonfreie Medikamente können beim Einzelnen eine Alternative darstellen, sind im Allgemeinen jedoch weniger zuverlässig.

Foto: zVg.

Dr. med. Daniel Trachsel, Oberarzt Intensivmedizin und Pneumologie, Universitäts-Kinderspital beider Basel.

Nicht jedes «Asthma» ist wirklich ein Asthma. Gerade im Jugendalter sind nicht-asthmatische Atembeschwerden ausgesprochen häufig. Hyperventilationsepisoden und funktionelle Störungen der Stimmbandmotorik können gerne anlässlich körperlicher Anstrengungen zu Atemnot führen und einerseits als Asthma fehlgedeutet werden.

Diese Kinder gilt es vor unnötigen Therapien zu schützen. Anderseits zeigen aber alle Statistiken, dass gerade Jugendliche mit einem echten, schweren Asthma überproportional in den Todesfall-Statistiken von Asthmatikern vertreten sind, was gemeinhin der Kombination von erhöhtem Risikoverhalten (Rauchen), einer veränderten Körperwahrnehmung und einer Oppositionshaltung gegenüber der autoritären Krankheit zugeschrieben wird.

Teilnahme am Schullager ermöglichen
Ziel muss und kann es sein, der überwiegenden Mehrzahl aller von Asthma betroffenen Kinder und Jugendlichen ein völlig normales Leben zu ermöglichen. Dazu gehört nicht zuletzt eine Schulzeit ohne übermässige Häufung von Absenzen wie auch die uneingeschränkte Teilnahme an allen schulischen Aktivitäten inklusive Exkursionen, Schullager, Schwimmen und anderen sportlichen Betätigungen. Es gibt nur wenige Ausnahmen, die für das einzelne betroffene Kind eine Einschränkung mit sich bringen könnten: beispielsweise der Besuch eines Pferdestalles mit einem bekanntermassen auf Pferdehaare heftig reagierenden asthmatischen Kind. Ein informatives Gespräch mit den Eltern oder Betreuenden betroffener Schüler und Schülerinnen – unter Umständen in Rücksprache mit den behandelnden Ärzten bzw. Ärztinnen – vermag allfällige Grenzen aufzuzeigen.

Weiter im Netz
www.llbb.ch

Asthma bei Schulkindern: Information für Lehrpersonen

Eine Informationsveranstaltung für Lehrerinnen und Lehrer zum Thema Asthma bei Schulkindern findet statt am Donnerstag, 15. November 2007, 18 bis 20 Uhr, Gundeldingercasino, Basel. Referent ist der Autor des Artikels, Dr. med. Daniel Trachsel. Moderation: Dr. Jeanne Fürst (GesundheitsSprechstunde, SF TV II). Anschliessend Apéro. Eintritt frei.
Nähere Informationen: Lungenliga beider Basel, Mittlere Strasse 35, 4056 Basel, Telefon 061 269 99 60, info@llbb.ch, www.llbb.ch

Foto: Marc Renaud

Ziel muss und kann es sein, der überwiegenden Mehrzahl aller von Asthma betroffenen Kinder und Jugendlichen ein völlig normales Leben zu ermöglichen.

SFA-Elternbriefe

Thema Suchtmittel

Die Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (SFA) gibt ab sofort Elternbriefe zum Thema Suchtmittel heraus. Diese sollen die Erziehungskompetenzen der Eltern stärken und sie in ihrer Aufgabe unterstützen. Mütter und Väter sollen ermuntert werden, den Dialog mit ihren Kindern zu pflegen – vor allem wenn diese in der schwierigen Zeit der Pubertät vermehrt in Kontakt kommen mit Zigaretten, Alkohol und anderen Drogen.
Die Briefe richten sich denn auch an Eltern von 12- bis 16-Jährigen und erscheinen in acht Ausgaben während zweier Schuljahre. Sie sind auf Papier oder in elektronischer Form erhältlich und können gratis abonniert werden durch Nachricht an eltern@sfa-ispa.ch oder bei SFA, Prävention, Postfach 870, 1001 Lausanne, Telefon 021 321 29 76. Info: www.sfa-ispa.ch

Dokumentation

Dank Bewegung leichter lernen

Eduard Buser, Primarlehrer aus Biberist, wendet die Methode des bewegten Lernens seit mehreren Jahren mit Erfolg an. «In bewegten Unterrichtssequenzen memorisieren Schülerinnen und Schüler den Schulstoff nachweislich besser und sie absolvieren Leseübungen leichter», weiss der Primarlehrer aus Erfahrung.
Dies zeigt auch die Dokumentation, die nun auf DVD erhältlich ist. Ein Kamerateam besuchte im Juni 2006 die sechste Klasse von Eduard Buser in Biberist und sammelte Eindrücke zum schulischen Alltag mit «Lernen in Bewegung». Daneben erklären Experten aus den Bereichen Bildung, Heilpädagogik und Musik den Nutzen des bewegten Lernens. Auch Personen aus Sport und Kultur kommen zu Wort. Mit der DVD erhalten Lehrkräfte ausserdem praktische Tipps, wie die Übungen unkompliziert in den täglichen Unterricht integriert werden können.
Die DVD «Lernen in Bewegung» ist für Fr. 39.50 erhältlich unter www.lernen-in-bewegung.ch

Schtifti-Kochbüchlein

Ausgekocht

Noch immer aktuell ist das Schtifti-Kochbüchlein «Ausgekochte Rezepte für Jugendliche», welches neben dem kleinen 1x1 der Ernährung viele Tipps rund um die Küche und zur Bewegung bringt. Im Mittelpunkt stehen natürlich viele gluschtige Rezepte, sei es für das Frühstück, den kleinen Hunger zwischendurch, Mittag- und Abendessen. Die Zubereitung ist jeweils detailliert beschrieben und dürfte auch echte «Stifte» dazu anregen, mehr davon auszuprobieren. Das handliche Büchlein kostet Fr. 10.– und ist zu beziehen bei: www.schtifti.ch, info@schtifti.ch

Ernährungsforschung

Machen Softdrinks zappelig?

Forscher der Uni Oslo befragten rund 5500 Jugendliche im Alter von 15 und 16 Jahren zu ihren Trinkgewohnheiten. Auffallend war, dass von den Knaben – sie tranken in der Regel mehr als vier Softdrinks pro Tag – zehn Prozent Symptome einer Hyperaktivität aufwiesen, während es bei den Mädchen zwei Prozent waren. Der Studienleiter führt diesen Umstand auf das Koffein, aber auch auf die grossen Mengen raffinierten Zuckers zurück, die in solchen Getränken enthalten sind.

«Grenzen respektieren»

Neu auf www.lch.ch

In Heft 10/07 brachte BILDUNG SCHWEIZ einen Vorabdruck des LCH-Merkblattes «Persönliche Grenzen kennen und respektieren». Jetzt steht das vollständige Merkblatt auf der Website des LCH, www.lch.ch, zum kostenlosen Download bereit.

Endlich definitiv geklärt: Das Auge isst mit

Verpackung beeinflusst den «Genuss».

Ein spannendes Experiment in Kalifornien zeigt auf, dass Kleinkinder Rüebli und weitere Gemüse plötzlich essen – wenn diese in Papier von McDonald's daherkommen. Dabei interessierte die Forscher der renommierten Stanford-Universität in erster Linie, wie Markennamen den Geschmack beeinflussen.
Bei der Befragung der Eltern der Kleinkinder kamen zwei weitere interessante Punkte zum Vorschein: Esswaren in McDonald's-Verpackungen wurden bei den Knirpsen eher bevorzugt, wenn diese häufiger in die Fastfood-Lokale essen gingen. Zudem waren solche Testportionen umso beliebter, je mehr Fernsehgeräte in dem Haushalt stehen, in dem sie aufwachsen. Diese Feststellung führte bei den Forschern zur Spekulation, dass Kinder in Haushalten mit mehr TV-Apparaten mehr Werbung aus dem Hause McDonald's sehen und dieser dadurch entsprechend häufig ausgesetzt sind.

Foto: Marc Renaud

Zuckerreiche Getränke machen Kinder zappelig, sagen Forscher. Mädchen scheinen da besser Mass zu halten als Buben.

Experiment Nichtrauchen

Erfolgsquote 64%

Seit dem Jahre 2000 wird der Wettbewerb «Experiment Nichtrauchen» von der Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention durchgeführt und erreicht jährlich bis zu 20 Prozent der Sechst- bis Neuntklässler. Erklärtes Ziel ist es, Jugendliche zu einem rauchfreien Leben zu motivieren oder zumindest den Einstieg ins Rauchen hinauszuzögern. Letzten November meldeten sich 2955 Schulklassen an zum «Experiment Nichtrauchen», 1889 davon hielten durch, was einer Erfolgsquote von 64 Prozent entspricht. Unter den rauchfreien Klassen wurden 100 Reisegutscheine ausgelost.

Ausstellung

Rüebli, Zimt & Co. in Basel

Das Gesundheitsdepartement Basel-Stadt hat die Erlebnisausstellung «Rüebli, Zimt & Co.» für Primarschüler konzipiert, welche die Kinder spielerisch über eine gesunde Ernährung informieren soll. Angesprochen werden sollen vor allem die übergewichtigen Kinder, welche im Stadtkanton bereits rund ein Viertel aller Kinder ausmachen. Verschiedene Ausstellungsposten laden die jungen Besucher ein, sich anhand von Bildchen mit der Herkunft oder Zusammensetzung von Lebensmitteln auseinanderzusetzen. Erfreulicherweise werden auch die Eltern unmittelbar eingebunden, indem sie bei gemeinsamen Kochkursen mitmachen.

Weiter im Netz
www.gesundheitsdienste.bs.ch/projekte/ruebli-zimt.htm

Die Linda-Klasse

Das Lehrmittel deckt alle Bereiche eines modernen Sprachunterrichts ab. Als Basis dienen 6 Taschenbücher mit jeweils 8 Kurzgeschichten, welche typische Situationen aus dem Alltag einer fiktiven Mittelstufenklasse aufzeigen.

Taschenbuch: Band 1–6
je 64 S., Einzelpreis Fr. 6.–
ab 10 Ex. Fr. 5.40,
ab 16 Ex. Fr. 4.50

Begleitband
Zu jedem Taschenbuch ist ein Begleitheft mit vielseitigen Arbeitsmaterialien erhältlich. So gibt es zu jeder Geschichte eine A4 grosse Zeichnung, offene Fragen als Gesprächsgrundlage, ein Textverständnisblatt sowie ein Arbeitsblatt zur Rechtschreibung und Grammatik.
A4, ca. 48 Seiten, je Fr. 35.–

Übungskartei
Ergänzt wird das Deutschlehrmittel mit einer Übungskartei. Abwechslungsreiche Aufträge lassen mit der Zeit eine Sammlung entstehen, worin alles Wesentliche der Mittelstufengrammatik geübt und repetiert werden kann.
A5, ca. 160 Seiten, je Fr. 49.–

Lernzielkontrollen und Tests
Es sind Lernkontrollen und Tests zu allen 6 Bänden erhältlich. Diese Tests sind als Parallelserien gestaltet.
A4, ca. 48 Seiten, je Fr. 39.–

Vergiss-mein-nicht
Dieses Heft stellt den Lehrerkommentar zum Lehrmittel «Die Linda-Klasse» dar. In kurzen und übersichtlichen Texten wird das Grundkonzept erklärt.
A4, 48 Seiten, je Fr. 35.–

zkm
zürcher kantonale
mittelstufenkonferenz
verlagzkm.ch
Frauenfelderstrasse 21a
8404 Winterthur
Telefon/Fax 052 364 18 00

Band 1
DIE LINDA-KLASSE FINDET ZUSAMMEN
Im ersten Band erleben die Kinder der «Linda-Klasse» den Übertritt aus der Unter- in die Mittelstufe.

Band 4
DIE LINDA-KLASSE BESIEGT SICH SELBST
Im Band 4 geht es sportlich zu und her: Ein grosses Fussballturnier, Jogging am Morgen, ein Ausflug ins Alpamare usw.

Band 2
DIE LINDA-KLASSE IM WECHSELBAD DER GEFÜHLE
Inhaltliche Schwerpunkte sind der Klassengeist, Leben mit Musik, der Umgang mit der Wahrheit, Notengebung und Spannungen innerhalb der Klasse.

Band 5
DIE LINDA-KLASSE IN PRÜFUNGSANGST
Im Band 5 tritt die Linda-Klasse in die 6. Klasse ein. Drei Geschichten drehen sich um Erlebnisse im Klassenlager und dem Abschiednehmen von einer Klassenkollegin.

Band 3
DIE LINDA-KLASSE ENTDECKT DIE ERSTE LIEBE
Der dritte Band begleitet die Linda-Kinder in die fünfte Klasse und lässt sie die erste, noch sehr verspielte Liebe entdecken.

Band 6
DIE LINDA-KLASSE AM SCHEIDEWEG
Die Geschichten im Band 6 bieten nochmals alles, was die Linda-Klasse bisher so beliebt gemacht hat.

Linda-Klasse Einsteigerset
Starten Sie mit Elvira Linder ins Abenteuer eines fröhlichen, unterhaltsamen Sprachunterrichts auf der Mittelstufe. Ihre Schülerinnen und Schüler werden genauso begeistert sein wie bereits tausende Kinder in allen Kantonen der Deutschschweiz.
Mit dem Einsteigerset verschafft man sich schnell und komfortabel einen Einblick in dieses vielfältige Lehrmittel. Der Einstieg in die Arbeit mit der «Linda-Klasse» kann in der 4., 5. oder 6. Klasse erfolgen.
Bestellen Sie ganz einfach den gewünschten Band und Sie erhalten das ganze Programm (bestehend aus Taschenbuch, Begleitband, Lehrerkommentar, Lernzielkontrolle, Übungskartei, Karteibox und dem Buchzeichenset).
Einsteigerset Fr. 132.–

Hauptsache: Pädagogik

Neue Erkenntnisse zum Lehrerberuf

Walter Herzog, Silvio Herzog,
Andreas Brunner, Hans Peter Müller

Einmal Lehrer, immer Lehrer?

Eine vergleichende Untersuchung
der Berufskarrieren von (ehemaligen)
Primarlehrpersonen

«Prisma – Beiträge zur Erziehungswissenschaft aus historischer, psychologischer und soziologischer Perspektive» Band 5. 397 Seiten, kartoniert,
EUR 32.– / CHF 48.–
ISBN 978-3-258-07246-3

Dem Lehrerberuf kommt in einer Gesellschaft, deren Innovationskraft in zunehmendem Masse von Bildung und Wissen abhängig ist, eine Schlüsselposition zu. Über die Berufsarbeit und die berufliche Karriere von Lehrerinnen und Lehrern ist jedoch relativ wenig bekannt.

Die Ergebnisse dieser Studie zeigen, was (ehemalige) Lehrpersonen zur beruflichen Mobilität veranlasst, wie Aus- und Weiterbildung im biographischen Kontext zusammenspielen und mit welcher Zufriedenheit die verschiedenen Karrieremuster verbunden sind. Mit dem Einbezug von Berufswegen, die vom Schuldienst wegführen, konnte eine gravierende Lücke in der biographischen Lehrerforschung geschlossen werden. Die gewonnenen Erkenntnisse lassen die aktuelle Diskussion um den Lehrerberuf neu positionieren. Sie legen ein neues Bild des Lehrers nahe und fordern die Verabschiedung vom Sackgassenimage des Lehrerberufs.

In der **Prisma**-Reihe erschienen bereits vier Bände, weitere Publikationen sind in Planung. Das komplette Verzeichnis finden Sie auf **www.haupt.ch**

Haupt **Haupt Verlag** Bern · www.haupt.ch

Berufsbegleitende WB:
Dipl. Ernährungs-Psychologische/r Berater/in
Ihre berufliche Zukunft?

Ein neuer, ganzheitlicher Ansatz:

Ernährungs-Psychologische Beratung

Die Verknüpfung der Nahrungsauswahl und des Essverhaltens mit allen anderen Lebensbereichen. (Anerkannter Diplom-Abschluss)

Kostenloser Info-Abend am 7.11.2007

Hier vernehmen Sie alles über den Diplomlehrgang als Ernährungs-Psychologische/r Berater/in.

Info-Seminar mit persönlicher Erfahrungsmöglichkeit am 2.12.2007

Weitere IKP Diplom-Ausbildungen:
- Körperzentrierte/r Psychologische/r Berater/in
- Ganzheitliche/r Atemtherapeut/in
- Paar- und Familienberater/in

Weitere Auskünfte erhalten Sie unter Telefon 044 242 29 30 beim
Ausbildungsinstitut für
Ganzheitliche Therapien IKP
Kanzleistrasse 17, 8004 Zürich
www.ikp-therapien.com

Besuchstag im Fernseh-Studio

Die Redaktion «SF Wissen mySchool» lädt Sie ein zur Weiterbildung beim Schweizer Fernsehen in Zürich. Am Morgen lernen Sie unser dreiteiliges Angebot kennen: Sendungen, Lehrer-Info und E-Learning. Am Nachmittag machen Sie einen Rundgang durch Redaktionen, Studios und Werkstätten des Schweizer Fernsehens.

Das Angebot ist gratis. Es gilt für LehrerInnen-Gruppen und für Ausbildungsklassen an Pädagogischen Hochschulen.

Anmeldung übers Internet:
www.myschool.sf.tv öffnen und «Weiterbildung» anklicken.

Offene Termine für 2008:

Mittwoch	16. Januar 2008
Dienstag	29. Januar 2008
Mittwoch	27. Februar 2008
Mittwoch	12. März 2008
Donnerstag	10. April 2008
Mittwoch	23. April 2008
Mittwoch	21. Mai 2008
Donnerstag	12. Juni 2008
Mittwoch	25. Juni 2008
Mittwoch	10. September 2008
Dienstag	30. September 2008
Dienstag	28. Oktober 2008
Donnerstag	27. November 2008

SF – ein Unternehmen der **SRG SSR idée suisse**

Lohnforderung des LCH für 2008

In einer Medienmitteilung vom 12. Oktober verlangt der LCH, dass die aufgelaufenen Lohnrückstände im Lehrberuf endlich aufgeholt werden.

In den letzten Jahren wurden in vielen Kantonen mit Verweis auf die schwierige wirtschaftliche Lage Sparrunden auf dem Buckel von Lehrpersonen ausgetragen. Der Wirtschaft geht es gut, die Prognosen für die nächsten Jahre zeigen stabiles Wachstum. Der LCH fordert darum einen Ausgleich der Rückstände in der Lohnentwicklung und eine Reallohnerhöhung von 3% bis 5%.

Wie der LCH feststellt, ist die Lohnentwicklung der Lehrpersonen in den vergangenen Jahren, auch im Vergleich mit anderen Branchen, schlecht. Während der gesamte dritte Sektor 1993–2006 einen Reallohnanstieg von 4,3% aufweist, liegt dieser Wert im Unterrichtswesen gerade einmal bei 0,8%. Der Dachverband der Lehrerinnen und Lehrer fordert für das Jahr 2008:

- Die Teuerung ist voll auszugleichen. Allfällige Rückstände sind zusätzlich auszugleichen.
- Vorgesehene Stufenanstiege müssen eingehalten werden. Anstiege, die in früheren Jahren sistiert wurden, sind mittels eines Plans nachzuholen.
- Je nach Kanton soll eine Reallohnerhöhung von 3% bis 5% gewährt werden. Zudem ist der Rückstand der Lohnentwicklung der Lehrberufe aus den vergangenen Jahren aufzuholen.

«Wir wollen», betont der LCH abschliessend, «auch in Zukunft die Sicherstellung einer leistungsfähigen öffentlichen Schule dank hervorragend ausgebildetem, hoch motiviertem Personal, das sich den ständig steigenden Anforderungen im Unterrichtswesen stellt. Dazu gehören gute Anstellungs- und Arbeitsbedinungen mit einer entprechenden Entlöhnung.»

Neue Kräfte für den Alltag aktivieren

Kantonale Beratungsstellen für Lehrpersonen, das Kompetenzzentrum RessourcenPlus R+ an der Fachhochschule Nordwestschweiz sowie der Dachverband der Lehrerschaft LCH bereiten gemeinsam ein neuartiges Unterstützungsangebot für Lehrpersonen vor. Der Start ist im ersten Halbjahr 2008 geplant.

«Berufliches Handeln stärken: Intensivtraining für Lehrende» nennt sich ein interkantonales Angebot in Zusammenarbeit mit dem schweizerischen Netzwerk der Schulberatungsstellen bzw. Beratungsstellen für Lehrpersonen, dem Kompetenzzentrum RessourcenPlus R+ (Fachhochschule Nordwestschweiz) sowie dem LCH.

Erschöpfung und Sinnkrisen verlangen professionelle Hilfe

Der rasche Wandel im Aufgabenfeld von Lehrenden und die vielfältigen steigenden Anforderungen an die personale und fachliche Kompetenz bringen manche engagierte Lehrende an ihre Grenzen. Wenn Arbeitsfreude und Arbeitsfähigkeit leiden, es zu persönlichen und beruflichen Sinnkrisen kommt oder auch erfahrene Lehrpersonen in eine Erschöpfungsdynamik gleiten, wird oftmals professionelle Hilfe in der Schulberatung gesucht.

Die Begleitung von Lehrpersonen mit gesundheitlichen Problemen wie beispielsweise Depression, Burn-out und anderen Formen von Krisen stösst immer wieder an die Grenzen von ambulanter Beratung und Therapie sowie von existierenden stationären Angeboten. Es braucht ein ergänzendes Angebot, welches die Lehrpersonen dabei unterstützt, die spezifischen Ressourcen, die es für den Lehrberuf braucht, zu reaktivieren und zu erweitern. Auf diesem Hintergrund wurde das «Intensivtraining für Lehrende» entwickelt.

Individuell und in der Gruppe

Dieses Programm ist bezüglich Intensität mehr als eine ambulante Beratung, aber weniger als eine stationäre Behandlung. Es umfasst die individuelle Beratung auf der kantonalen Beratungsstelle und – zusätzlich und ergänzend zu dieser – ein interkantonales Gruppentraining.

Die individuelle systemische Beratung auf der kantonalen Schulberatungsstelle bzw. Beratungsstelle für Lehrpersonen während der gesamten Programmdauer gewährleistet ein zielorientiertes Job-Coaching. Da die Schulleitung für eine erfolgreiche Reintegration eine zentrale Bedeutung hat, beinhaltet dieses Job-Coaching auch den Einbezug und die Zusammenarbeit mit der Schulleitung.

Lernfelder und Erfahrungsmöglichkeiten

Das interkantonal angebotene Gruppentraining ist gut auf diese individuelle Beratung abgestimmt. Das Gruppentraining umfasst eine Intensivwoche, einen Einführungs- und einen Nachfolgetag.

Dieser Teil des Programms dient vor allem der Auseinandersetzung mit der Gruppe.

Die Gruppe wird als Lernfeld genutzt: Kommunikations-, Kooperations-, Reflexions- und Problemlösungskompetenzen werden gestärkt und eingeübt sowie auf ihre Transfermöglichkeit in den beruflichen Alltag hin untersucht. Dies alles trägt zur Stärkung personaler Kompetenzen bei (Selbstwert, Selbstwirksamkeitserleben, Berufsidentität u.a.). Ausserdem kann eine wirksame Peer-Unterstützung aufgebaut werden, die Lehrenden mit allenfalls vorhandenen Isolationstendenzen andere Erfahrungsmöglichkeiten bietet. Die Gruppenprozesse haben Modellcharakter für eine konstruktive Kooperation und Kommunikation im Team, mit Schülerinnen und Schülern sowie deren Eltern.

Interkantonale Zusammenarbeit

Das interkantonale Gruppentraining bietet weitere Vorteile:

- Durch die interkantonale Zusammenarbeit kann das Gruppentraining regelmässig, d.h. 2–3 mal jährlich während den Schulferien (Frühling, Sommer, Herbst) angeboten werden. Selbst grössere Kantone können dies alleine nicht gewährleisten.
- Die Teilnehmenden kennen sich nicht aus ihrem beruflichen Kontext. Diese Anonymität erleichtert es den Lehrpersonen, offen über gewisse Schwierigkeiten zur reden.
- Durch den Nachfolgetag wird es möglich, Transfererfahrungen aus dem Alltag im geschützten Rahmen der Gruppe fruchtbar zu verarbeiten und weitere Schritte zu planen.

B.S.

Der Start des Programms «Berufliches Handeln stärken: Intensivtraining für Lehrende» ist im ersten Halbjahr 2008 geplant. BILDUNG SCHWEIZ wird in Ausgabe 12/07 weitere Informationen dazu bringen.

Neu im Technorama: ein

Experimentieren – der «Königsweg» zum Verständnis

«Nicht in der Erkenntnis liegt das Glück, sondern im Erwerb der Erkenntnis» – so formulierte einmal Edgar Allan Poe. Erfahrungen können nicht pädagogisch bewerkstelligt oder vermittelt werden – jeder muss sie selber machen.

Auch chemische Entdeckungen und das Begreifen chemischer Zusammenhänge sind ohne Aktivität, ohne Experiment nicht denkbar. Deshalb ergänzt ein professionell ausgestattetes, neues Chemielabor mit einem umfassenden Experimentierprogramm das Angebot im Technorama. Hier gibt es selbstverständlich keinen Frontalunterricht, sondern es wird experimentiert, beobachtet, ergründet und dabei neue Erfahrungen gesammelt. Die Schüler arbeiten weitgehend selbständig; eine Fachperson ist aber zur Unterstützung, Vermittlung von Hintergrundwissen und dem Einhalten der Sicherheitsvorschriften immer anwesend.

Programmangebot

Das Labor kann beispielsweise zur ersten Begegnung mit der Chemie genutzt werden. In einem solchen Experimentierprogramm steht das Beobachten der Phänomene

Das neue Chemielabor im **Technorama**: An zwei grossen Labortischen können 16 Schüler(innen) gleichzeitig experimentieren.

Chemische Reaktion: Aus bestehenden Stoffen entstehen neue Stoffe mit neuen Eigenschaften (hier mittels einer Flamme).

Chemie ist cool!

Chemie-Labor!

im Vordergrund. Es kann aber ein Versuchsprogramm so angelegt werden, dass die Schüler nicht nur durch Effekte verblüfft werden, sondern die Ergebnisse auch beschreiben und analysieren können. Beim Thema «Stoffe bestimmen und analysieren» geht es zum Beispiel um das Nachweisen einer Scheckfälschung mittels Chromatographie von schwarzer Tinte.

Attraktiv ist auch das Thema «Stoffe gewinnen und herstellen». Die Tätigkeiten reichen von der Gewinnung von ätherischen Ölen bis zur Herstellung von Silicium. Ein echter Knaller ist natürlich auch die Knallgasprobe bei der Gewinnung von Wasserstoff.

Periodensystem der Elemente: Ausser den radioaktiven sind sämtliche Elemente real und in voller Schönheit ausgestellt.

Damit die Chemie für Schüler und Lehrer im Labor stimmt

Unser Lernangebot kann und will den Unterricht in der Schule nicht ersetzen. Es ist klar als eine Ergänzung gedacht.

Es besteht immer die Möglichkeit ein ausgesuchtes Programm, das dem Wissensstand und den Interessen der Schüler entspricht, zusammenstellen zu lassen. Eine vorgängige Absprache mit der für das Chemielabor zuständigen Person führt zu einem massgeschneiderten, den Interessen angepassten Programm.

Die Experimentierstationen und die Versuchsreihen werden laufend aktualisiert und ausgebaut. Das aktuelle Programm kann unter www.technorama.ch/Chemielabor.319.0.html heruntergeladen werden.

Chromatographie leicht gemacht - ein typisches Verfahren im Chemielabor wird mit einfachen Mitteln selber durchgeführt.

Reservation und Organisation

An Wochentagen kann das Chemielabor von Schulklassen in Begleitung der Lehrperson reserviert werden. Eine vorgängige Anmeldung ist unerlässlich. Eine Lektion dauert in der Regel eine gute Stunde.

«Flammenfärbung»: Die farbigen Flammen erfreuen nicht nur das Auge, sondern sie geben Einblick in die Spektralanalyse.

Jugendlabor
Technoramastrasse 1
CH-8404 Winterthur
Telefon +41 (0) 52 244 08 50
jugendlabor@technorama.ch
www.technorama.ch

Globales Lernen wird im Lehrplan verankert

Seit zehn Jahren unterstützt die Stiftung Bildung und Entwicklung Lehrpersonen und Ausbildungsinstitutionen in den Bereichen interkulturelles Lernen und fördert die Verständigung zwischen den Kulturen. Die geplante Schaffung einer Fachagentur für Bildung für nachhaltige Entwicklung ist Bestätigung und Lohn der kontinuierlichen Arbeit.

Foto: Doris Fischer

BILDUNG SCHWEIZ sprach in einem Interview mit dem abtretenden Zentralsekretär der Stiftung Bildung und Entwicklung, Richard Helbling (rechts), und mit Beat W. Zemp, Zentralpräsident des LCH und Vizepräsident des Stiftungsrates.

Herr Helbling, welches war vor zehn Jahren die Motivation oder der Anlass, der zur Gründung Ihrer Stiftung geführt hat?

Richard Helbling: Zum einen erbrachten verschiedene Hilfswerke bereits seit den 70er Jahren entwicklungspolitische Bildungsarbeit. Zu nennen sind hauptsächlich die Schulstellen der Arbeitsgemeinschaft der Hilfswerke. Es zeigte sich jedoch im Laufe der Jahre, dass diese mit ihren Angeboten das eigentliche Zielpublikum, die Lehrpersonen, nur zu einem kleinen Teil erreichten. Dies führte dazu, dass in den 90er Jahren im gesamten deutschen Sprachraum die entwicklungspolitische Bildungsarbeit neu diskutiert und weiter entwickelt wurde. Daraus entstand das Konzept des globalen Lernens.

Ein weiterer Grund war die Forderung des DEZA (Direktion für Entwicklung und Zusammenarbeit des Bundes) als massgeblicher Geldgeber, die Kräfte zu bündeln, die Strukturen und die Organisation der Bildungsarbeit der Hilfswerke zu optimieren und die Finanzierung effektiver zu gestalten. Studien zeigten, dass diese Ziele in Form einer Stiftung mit möglichst breiter Abstützung am besten zu erreichen sind. Neu sollten neben dem Bund und den Kantonen auch die Verbände und Akteure im Bildungsbereich mit einbezogen werden.

Beat W. Zemp: Im Februar 1997 präsentierten nach einem rund drei Jahre dauernden intensiven Entwicklungsprozess die vier Hauptakteure – die EDK, die DEZA, der LCH und ein Vertreter der NGOs – an einer Medienorientierung ihre Ideen und Sichtweisen zu einer Plattform für globales Lernen und legten damit den Grundstein zur Gründung der Stiftung Bildung und Entwicklung. Seither hat sich die Stiftung kontinuierlich weiter entwickelt und ist heute in allen Sprachregionen tätig.

An wen richten Sie Ihre Angebote? Und wer nimmt schliesslich hauptsächlich die Dienste Ihrer Institution in Anspruch?

Richard Helbling: In erster Linie wollen wir die Schulen und damit die Lehrpersonen ansprechen, aber auch die Verantwortlichen der Lehrerbildung. Unser Ziel ist es, Angebote für Lehrpersonen bereitzustellen, damit diese die Thematik in ihre Klassen tragen können.

Die einzelnen Schulstufen nehmen allerdings unsere Angebote unterschiedlich wahr. Es sind vor allem die Primarschulstufe und die Sekundarstufe I, welche unseren Service in Anspruch nehmen. Deutlich weniger Angebote gibt es für die Kindergartenstufe. Und eher wenig gefragt sind unsere Angebote auf der Sekundarstufe II. Das mag damit zusammenhängen, dass Lehrpersonen auf dieser Schulstufe selber Experten in ihren jeweiligen Fachbereichen sind und deshalb weniger auf Unterstützung angewiesen zu sein scheinen.

Herr Helbling, warum braucht es den LCH in der Trägerschaft?

Richard Helbling: Der LCH war von Anfang an in der Trägerschaft. Er vertritt unser Zielpublikum. Aus diesem Grund ist es für uns enorm wichtig, dass wir von den beiden grössten Lehrerinnen- und Lehrerorganisationen LCH und SER unterstützt werden. Dies fördert unsere Rolle als Drehscheibe und stärkt unsere Legitimität in der Öffentlichkeit. Und nicht zuletzt schätzen wir die Zusammenarbeit mit der Zeitschrift des LCH, BILDUNG SCHWEIZ, welche unsere Anliegen regelmässig an die Basis kommuniziert.

Beat W. Zemp, können Sie die Rolle des LCH und sein Engagement für die Stiftung Bildung und Entwicklung konkretisieren?

Beat W. Zemp: Der LCH ist einerseits der legitimierte Vertreter des Zielpublikums der Stiftung. Andererseits unterstützt der Dachverband die Stiftung finanziell. Aus diesen Gründen macht es Sinn, dass jemand aus der Geschäftsleitung des LCH in der Stiftung Einsitz nimmt und damit direkt Einfluss auf das Angebot nehmen kann.
Im Rahmen der Neuorientierung 1997 war es unter anderem der Wunsch der NGOs, die Angebote und die Organisation der verschiedenen Schulstellen zu koordinieren und eine gemeinsame Plattform zu finden. Diese Plattform-Funktion für globales Lernen war der eigentliche Auslöser für das Engagement des LCH, denn wir möchten es den Lehrpersonen ersparen, dass sie von allen Seiten mit Angeboten und Projekten überhäuft werden.
Der LCH als Gründer- und Trägerorganisation ist auch im Stiftungsrat vertreten. Ich selber führe den Vorsitz im leitenden Ausschuss des Stiftungsrats. Und als Vizepräsident der Stiftung pflege ich auch Kontakte zu Regierungsrat Claudio Lardi, dem Präsidenten der Stiftung. Daneben hat sich der LCH auch in der pädagogischen Kommission und in der Projektkommission der SBE engagiert.

Inwiefern sind die Angebote von Bildung und Entwicklung eine Unterstützung für die Lehrpersonen mit multikulturellen Klassen?
Richard Helbling: Wir gehen stark von der Alltagsrealität der Schülerinnen und Schüler oder der Klassen aus. Die Jugendlichen erleben ihr Umfeld zunehmend global, beispielsweise in der Freizeit, speziell beim Musikangebot, in ihrem Sprachgebrauch, bei der Kleiderwahl, die geprägt ist durch die internationalen Marken und Labels. Sie werden aber auch mit den Themen Gewalt und Rassismus konfrontiert. Die Stiftung Bildung und Entwicklung sorgt dafür, dass diese Themen in den Unterricht getragen werden und stellt entsprechende Materialien zur Verfügung. Wir machen jedoch kein Konfliktmanagement.

Sensibilisieren für globale Zusammenhänge und einen partnerschaftlichen Austausch zwischen den Kulturen fördern, dies sind unter anderem Ziele der Stiftung. Wie stellen Sie fest, ob Ihre Botschaften der letzten zehn Jahre angekommen sind und was sie bewirkt haben?
Richard Helbling: Über die Wirkung bei den Lernenden lässt sich wenig sagen. Solche Messungen sind schwierig durchzuführen und müssten längerfristig angelegt sein. Der wichtigste Indikator für unseren Erfolg ist jedoch die Nachfrage nach unseren Dienstleistungen, und diese ist stark gewachsen. Insbesondere unsere Bildungskampagnen mit konkreten Themen wie Sport, Wasser, die wir alle zwei Jahre in Zusammenarbeit mit der DEZA und der Alliance Sud durchführen, stossen auf grosses Interesse. Aber auch die alljährlichen Aktionen zum Kinderrechtstag vom 20. November in der Romandie, an welchen Schulen, Radio und NGOs gemeinsam teilnehmen, stossen auf grosses Echo.
Zudem haben wir heute eine viel grössere Präsenz in der Lehrerbildung als dies früher der Fall war. Wir partizipieren an Ausbildungsmodulen der PHs oder übernehmen sogar ganze Module. Ausgesuchte Projekte von Schulen im Zusammenhang mit Rassismusprävention können wir aus dem Fonds zur Rassismusprävention des Bundes, der im Zusammenhang mit dem Bergier-Bericht geschaffen wurde, unterstützen.
Beat W. Zemp: Dazu möchte ich ein Beispiel aus meiner eigenen Schule nennen. In unserem Projekt «Afrika» ging es darum, einen Austausch zwischen Afrika und dem Gymnasium Liestal zu organisieren. Wir luden Leute aus Ländern Afrikas ein, die uns ihre Kultur, ihre Lebensweise und ihre Lebensfreude näher gebracht haben.
Ganz allgemein ist es heute Aufgabe der Schule, die soziale Integration verschiedener Kulturkreise zu unterstützen und interkulturelle Erziehung zu fördern. Und schliesslich geht es auch darum, die Menschenrechte als ethische Haltung und Werteerziehung weiterzugeben und dazu liefert die Stiftung Bildung und Entwicklung einen wichtigen Beitrag.
Die Schweiz hat sich im Rahmen der Agenda 21 verpflichtet, bestimmmte Ziele in nachhaltiger Entwicklung zu erreichen und nachzuweisen. Deshalb ist es wichtig, dass künftig Bildung für nachhaltige Entwicklung stärker in den Fokus der Bildungspolitik gerückt wird.
Was den Leistungsnachweis der Stiftung betrifft, möchte ich auf die gegenwärtig laufende Evaluation zuhanden der DEZA hinweisen. Diese weist den Erfolg in Bezug auf Kundenzufriedenheit, Bekanntheitsgrad der Stiftung in der Lehrerschaft nach. Ausserdem erheben wir auch konkrete Zahlen, beispielsweise die Anzahl der Kontakte und Beratungen sowie die Anzahl der ausgelieferten Materialien.
Richard Helbling: Die Tatsache, dass wir heute in die Lehrplan-Prozesse der EDK eingebunden werden, oder beispielsweise von der EDK für Expertisen angefordert werden, zeigt, dass wir eine hohe Aktzeptanz geniessen.

Entwicklungs- und Katastrophenhilfe, insbesondere Kosten und Nutzen, stehen häufig in der Kritik. Setzt sich die Stiftung Bildung und Entwicklung damit auseinander?
Richard Helbling: Nicht generell, es sei denn, eine Schule möchte explizit etwas über Entwicklungszusammenarbeit machen. Grundsätzlich schauen wir ein Thema jedoch immer von verschiedenen Gesichtspunkten aus an. Insofern ist Katastrophenhilfe ein Thema, wie jedes andere auch, das uns zu einer kritischen Auseinandersetzung veranlasst.
Beat W. Zemp: Für die Schule dienen Ereignisse wie beispielsweise eine grosse Überschwemmung als aktuelle Aufhänger, um das Thema Entwicklungszusammenarbeit und Katastrophenhilfe im Unterricht zu thematisieren. Nachrichten über Katastrophen lösen meist eine Solidaritätswelle aus. Diese kann man für interkulturelle Erziehung und globales Denken nutzen.
In diesem Zusammenhang möchte ich auf die Homepage der Stiftung Bildung und Entwicklung hinweisen. Mit Hilfe einer ausgezeichneten Suchfunktion kann man dort nach Themen oder Schulstufe geordnet suchen und kommt sehr schnell zu brauchbaren Unterrichtsmaterialien.

Schauen wir auf die kommenden zehn Jahre. Planen Sie konkrete neue Projekte oder Engagements?
Richard Helbling: Im Zusammenhang mit der UNO Dekade für Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) haben sich die Länder verpflichtet, BNE in ihre Bildungssysteme zu integrieren. Sechs Bundesämter und die EDK erarbeiteten dazu einen Massnahmenplan: BNE soll in sprachregionale Lehrpläne, in die Lehrerbildung und in die Schulentwicklung Eingang finden. Globales Lernen – dazu gehören auch politische Bildung und Umweltbildung – ist ein Teil von BNE. Für die Schulen wird es damit einfacher werden, all die mannigfaltigen gesellschaftlichen, wirtschaftlichen und politischen Anliegen unter eine Thematik zu stellen.

Fortsetzung Seite 36

Beat W. Zemp: Lehrpersonen müssen heute für sehr viele unterschiedlichen Aufgaben, Themen und Probleme der Gesellschaft gerüstet sein. Für all diese Querschnittsthemen muss es nun mit BNE einen Platz und ein Zeitgefäss geben. Diese Lehrplanverankerung von BNE bedeutet einen Quantensprung für die Anliegen der Stiftung.
Richard Helbling: Ganz wichtig für uns ist deshalb auch die Diskussion um die Schaffung einer Fachagentur für BNE. Damit bekommt BNE einen Platz und einen bedeutenden Stellenwert in der Schulbildung. Diese Fachagentur wird sich voraussichtlich aus den beiden Organisationen Stiftung Bildung und Entwicklung und Stiftung Umweltbildung zusammensetzen.

Wie weit ist dieses Projekt schon gediehen?
Beat W. Zemp: Der Grundsatzentscheid ist auf oberster Ebene bereits gefallen. Details dazu wird eine Projektgruppe in den nächsten Monaten erarbeiten.

In welcher Form feiern Sie das 10-Jahr-Jubiläum?
Richard Helbling: Am 9. November organisieren wir eine Jubiläumsveranstaltung im Casino Bern. Wir ziehen unter anderem Bilanz und blicken in die Zukunft. Ein Thema wird dabei die erwähnte Fachagentur sein. Am Abend findet ein Bankett statt, zu dem alle Mitarbeitenden, die Mitglieder der verschiedenen Organe und Vertretungen der Partnerorganisationen der SBE eingeladen sind.
Zum Jubiläum gehört aber auch die Evaluation. Dann gibt es verschiedene Jubiläumsaktionen, unter anderem einen Jubiläumsprospekt, der in allen Schulen verteilt wird.
Beat W. Zemp: Es ist vor allem Netzwerkpflege angesagt auf nationaler und regionaler Ebene in den vier Regionalstellen Zürich, Bern und Lausanne und Lugano. Am Jubiläumsanlass selber findet zudem eine Podiumsdiskussion über die künftige Rolle des globalen Lernens statt. Wir erhoffen uns davon weitere Impulse für die künftige Arbeit der Stiftung.

Interview Doris Fischer

Foto: Stiftung Bildung und Entwicklung

Globales Lernen: Zum Beispiel anhand des Themas «Essen» den Weg eines Nahrungsmittels nachverfolgen und in globale Zusammenhänge bringen.

Nationale Drehscheibe für Globales Lernen

Die Stiftung Bildung und Entwicklung ist seit genau zehn Jahren nationale Fachstelle für Globales Lernen. Zur Trägerschaft zählen Bund, Kantone und Regionen, Lehrerinnen- und Lehrerorganisationen und private Nicht-Regierungs-Organisationen (NGO). Die DEZA (Direktion für Entwicklung und Zusammenarbeit) finanziert die Stiftung zu rund drei Vierteln.
Die Stiftung Bildung und Entwicklung richtet sich in erster Linie an Lehrpersonen, aber auch an Bildungsforschende, Bildungsfachleute und Verantwortliche bei Bund, Kantonen und Gemeinden. Sie leistet pädagogische und didaktische Unterstützung zur Gestaltung des Unterrichts (z.B. in Form von Unterrichtsmaterialien und Projekten). Sie fördert die Integration des Globalen Lernens innerhalb der Lehrerbildung. Themenschwerpunkte sind Menschenrechte, Vielkulturalität, Friedenserziehung, Nord-Süd-Beziehungen, nachhaltige Entwicklung.

Das Angebot
Die Stiftung Bildung und Entwicklung unterstützt Lehrpersonen aller Schulstufen dabei, in Schule und Unterricht Wissen zu vermitteln über globale Zusammenhänge und die Schülerinnen und Schüler zu einem eigenständigen und kritischen Umgang mit globalen Herausforderungen anzuleiten. Sie stellt Unterrichtsmaterialien und Projekte zur Verfügung. Sie bietet Organisationen und Institutionen mit gleicher oder ähnlicher Zielsetzung eine Plattform zum Austausch und zur Koordination. Sie organisiert den Verkauf und Verleih von Lernmedien, Aus- und Weiterbildungskurse und vernetzt und berät Organisationen und Personen.
Im Jahres- bzw. Zweijahresrhythmus führt die Stiftung Bildung und Entwicklung im Auftrag der DEZA, zusammen mit AllianceSud und Filme für eine Welt, eine nationale Bildungskampagne zum jeweiligen Jahresthema der UNO durch. Dabei werden jeweils ein bis zwei stufenpezifische Unterrichtsmaterialien produziert. Auf speziellen Websites werden zusätzliche Unterrichtsmaterialien, Bildungsangebote, Veranstaltungshinweise und Hintergrundinformationen aufgeschaltet.

Weiter im Netz
www.globaleducation.ch

WINTERTRÄUME

Baumeler hat sein Winterprogramm ausgebaut und bietet neu Winterwandern, Schneeschuhwochen, Langlauf-Erlebnisse, Ski-Events und Schlittenhundefahrten.

Winterträume
baumeler
Echt unterwegs.

Information und Buchung:
LCH Reisedienst, Frau Monika Grau, 044 315 54 64, m.grau©lch.ch

Aktive Winter - & Festtags-Erlebnisse
Erleben Sie den Zauber des Winters in einer traumhaften Schneelandschaft, spüren die Natur mit den speziellen Zeichen der kalten Jahreszeit und wärmen sich in einer gemütlichen Hütte mit einem Glühwein wieder auf! Dies und viel mehr erleben Sie auf den ausgewählten Winterreisen in der Schweiz und im nahen Ausland.

Schneeschuh-Geflüster & Schlittenhund-Romatik
Tief verschneite Wälder, glänzende Eiskerzen, ein fantastisches Bergpanorama und unvergessliche Erlebnisse erwarten Sie auf unseren Schneeschuhtouren. Breitspurig und leichtfüssig geht es unter kundiger Leitung durch unberührte Winterlandschaften abseits jeder Hektik. Wer das Exotische liebt, den entführen wir in den hohen Norden auf wildromantische Schlittenhundefahrten.

Langlauf- & Ski-Träume
Unter dem Moto «Langlaufen und Geniessen» stehen Langlauftage im Goms auf dem Programm. Selbstverständlich sind Materialmiete und diverse Ausflüge mit typischem Walliser Nachtessen inbegriffen!

NEU: baumeler-Short Trips

Exklusive und genussvolle Kurzreisen für den aktiven Menschen mit Interesse an Natur & Kultur. Baumeler bietet drei unvergessliche Angebote in der verschneiten Schweizer-Bergwelt inkl. Begleitung durch bekannte Persönlichkeiten wie Koni Hallenbarter, Daniel Mahrer und Art Furrer.

Reisedaten und Preise

Aktive Winter- & Festtags-Erlebnisse

22.12. – 26.12.07	Winterwandern Wallis	890
22.12. – 26.12.07	Weihnachten im Allgäu	1040
22.12. – 26.12.07	(keine Wanderungen) Weihnachtstage im Trient	1390
23.12. – 28.12.07	Salzburg im Weihnachtsglanz	1590
30.12. – 02.01.08	Silvesterklausen Appenzell	850
06.01. – 16.03.08	(jeden Sonntag) Wintersinfonie Walchsee-Tirol	860
26.01. – 01.02.08	Winterwandern Unterengadin	1290
24.02. – 28.02.08	Winterwandern Wallis	870
09.03. – 15.03.08	Winterwandern Unterengadin	1290

Schneeschuh-Geflüster & Schlittenhunde-Romantik

22.12. – 27.12.07	Schneeschuhwandern Val Müstair	990
26.12. – 29.12.07	Schneeschuhwandern Appenzell	770
26.12. – 01.01.08	Schneeschuhwandern Valposchiavo	1050
04.01. – 10.01.08	Schlittenhundefahrten Schweden	ab 2350
19.01. – 26.01.08	Schneeschuh-Geflüster Montafon	1110
27.01. – 31.01.08	Schneeschuherlebnis Wallis	890
03.02. – 09.02.08	Schlittenhundefahrten Schweden	ab 2350
03.02. – 08.02.08	Schneeschuhwandern Zernez	980
07.02. – 10.02.08	Schneeschuhwandern Appenzell	770
09.02. – 15.02.08	Schneeschuhwandern Val Müstair	1190
10.02. – 13.02.08	Schneeschuhwandern Sörenberg	560
10.02. – 16.02.08	Schneeschuhwandern Valposchiavo	990
14.02. – 17.02.08	Schneeschuhwandern Schamserberg	670
23.02. – 01.03.08	Schneeschuh-Geflüster Montafon	1110
24.02. – 27.02.08	Schneeschuhwandern Sörenberg	560
24.02. – 29.02.08	Schneeschuhwandern Zernez	980
24.02. – 01.03.08	Schlittenhundefahrten Schweden	ab 2350
28.02. – 03.03.08	Schneeschuherlebnis Wallis	890
04.03. – 07.03.08	Schneeschuhwandern Schamserberg	670
30.03. – 05.04.08	Schlittenhundefahrten Schweden	ab 2350
12.04. – 18.04.08	Schlittenhundefahrten Schweden	ab 2590

Langlauf- und Skiträume

23.11. – 27.11.07	Langlauf-Erlebnis im Goms	795
07.12. – 11.12.07	Langlauf-Erlebnis im Goms	795
12.12. – 16.12.07	Langlauf-Erlebnis im Goms	825
14.12. – 16.12.07	Powder Dreams mit Art Furrer	790
16.12. – 20.12.07	Langlauf-Erlebnis im Goms	810
04.01. – 06.01.08	Iglu & Ski mit Daniel Mahrer	985
13.01. – 18.01.08	Langlauf-Woche im Goms	1178
07.02. – 09.02.08	Iglu & Ski	820
29.02. – 02.03.08	Dreimal Wintersport mit Koni Hallenbarter	640
06.03. – 08.03.08	Iglu & Ski	820
07.03. – 09.03.08	Dreimal Wintersport mit Koni Hallenbarter	640
04.04. – 06.04.08	Powder Dreams mit Art Furrer	790

Preise pro Person im Doppelzimmer inklusive Halbpension, Tourenleitung und diverserer anderer Leistungen gemäss Detailprogramm.

A | Metallart
S

Schnellwechsel-Fotoleiste

Ideal für Schule, Zuhause oder am Arbeitsplatz

Die schönsten Fotos immer präsent auf kleinstem Raum

- **Fotoleiste aus Metall**
- **schwarz lackiert**
- **für Fotoformat: 11 x 15 cm**
- **einfache Montage: 2 Nägel**
- **hoch und quer montierbar**

Abmessungen:
- 6er hoch ca. 92 x 11 cm
- 4er hoch ca. 61 x 11 cm
- 6er quer ca. 70 x 15 cm
- 4er quer ca. 47 x 15 cm

Das ideale Geschenk

6er quer | 4er hoch | 4er quer | 6er hoch

schöner Effekt durch gerundete Ausführung

Hoch oder quer montierbar

Fotoleisten-Bestellung:

_____	Stück	6er hoch	Fr. 49.–	Name: _____
_____	Stück	4er hoch	Fr. 39.–	Vorname: _____
_____	Stück	6er quer	Fr. 49.–	Strasse: _____
_____	Stück	4er quer	Fr. 39.–	Wohnort: _____

ab 4 Stück portofrei

Preise exkl. Versandkosten/inkl. MwSt.

Einsenden an: LCH Dienstleistungen, Ringstrasse 54, 8057 Zürich oder per E-Mail: m.grau@lch.ch

«Balancieren im Lehrberuf» – ein Kopf- und Handbuch, auf das Sie nicht verzichten sollten

Das jüngste Buch aus dem Verlag LCH • BILDUNG SCHWEIZ ist der Gesundheit der Lehrerinnen und Lehrer gewidmet. Es enthält in handlicher Form viele wertvolle Tipps und Erkenntnisse. Die heiteren Zeichnungen von Wilfried Gebhard tragen zusätzlich zum Wohlbefinden bei. Denn: Lächeln ist gesund.

Die Gesundheit von Lehrerinnen und Lehrern ist ein besonders gefährdetes und wertvolles Gut. Sie braucht und verdient deshalb besondere Pflege. Natürlich geht es dem Dachverband der Lehrpersonen LCH nicht darum, schlechte und belastende Arbeitsbedingungen durch Gesundheitsförderung auszugleichen! Aber: Unseren auch unter guten Bedingungen höchst anspruchsvollen Alltag können wir durch ein der Gesundheit förderliches Verhalten leichter, freudvoller und wirksamer gestalten.

Genau dabei soll das neue Buch «Balancieren im Lehrberuf» helfen: Durch Selbstbefragung, Selbsterkenntnis und Veränderung eingefahrener Verhaltensmuster zu einem gesünderen, gelasseneren Umgang mit den Anforderungen des beruflichen und privaten Lebens finden. Das Buch fasst die Beiträge der vielbeachteten Serie in BILDUNG SCHWEIZ «Wirksam und heiter im Lehrberuf» von Anton Strittmatter und Urs Peter Lattmann zusammen und ergänzt sie mit den wichtigsten Texten der LCH-Fachtagung «Balancieren im Lehrberuf» vom Dezember 2006. Mehr als tausend Lehr- und Fachpersonen liessen sich damals im Berner Casino informieren und anregen.

Kompakt, handlich, nützlich, leicht verständlich und preiswert zeigt Ihnen dieses Buch, worauf Sie achten müssen, um die gesunde Balance zwischen Anforderungen und Gesundheit zu halten.

Heinz Weber

«Balancieren im Lehrberuf» – Aus dem Inhalt

- **Entdecken und pflegen Sie Ressourcen – im Alltag**
- **Spannung und Entspannung – Prinzip des Lebens**
- **Ermutigen statt hemmen – Denkmuster verändern**
- **Selbstsicheres Verhalten – Neinsagen stärkt**
- **Engagement und Distanz – Herausforderndes Balancieren**
- **Schwächen – Achillesfersen kennen und darauf achten**
- **Stärken – das persönliche Tut-mir-gut-Konto pflegen**
- **Unterstützung – Tell oder Stauffacher?**
- **Coping – mit Belastung gut zusammenwohnen**

...und die wichtigsten Texte der LCH-Fachtagung «Balancieren im Lehrberuf» vom Dezember 2006 in Bern

Dachverband Schweizer Lehrerinnen und Lehrer LCH: «Balancieren im Lehrberuf – Ein Kopf- und Handbuch», Verlag LCH • BILDUNG SCHWEIZ, 60 Seiten A4, broschiert, Fr. 24.80 (plus Porto und Versand)

Bestellungen an: LCH MehrWert, Jasmin Brändle, Ringstrasse 54, 8057 Zürich
Telefon 044 315 54 54
Fax 044 311 83 15
E-Mail adressen@lch.ch

FLYER

Innovation in Mobility

Lustvoll gelebte Mobilität...

Wussten Sie, dass das Schweizer Elektrovelo FLYER...

... in Kirchberg bei Bern hergestellt wird?
... Ihre Muskelkraft mehr als verdoppelt?
... Steigungen von über 20 % schafft?
... mit einem Akku Reichweiten bis 80 km erreicht?
... auf 100 km soviel Strom braucht wie 3 Minuten warm duschen?
... sich wie ein normales Fahrrad fährt?
... sich zum Ziehen von Kinder- oder anderen Anhängern eignet?
... gemietet werden kann? Dies auch für Gruppen bis 100 Personen?
... bei Reiseveranstaltern für Velotouren eingesetzt wird?

Ich interessiere mich für:

- ☐ FLYER Tourismus Katalog
- ☐ FLYER Produktekatalog
- ☐ Kostenloser Probefahrgutschein für eine Testfahrt beim Händler in meiner Region (Wert: CHF 40.–)
- ☐ Werkbesichtigung für Lehrer- oder Schülerausflug
- ☐ Geführte FLYER Touren mit Baumeler

Name / Vorname			
Strasse		PLZ / Ort	
Telefon		E-Mail	

CH035

BikeTec AG • Industrie Neuhof 9 • CH-3422 Kirchberg • Tel. +41 (0)34 448 60 60 • Fax +41 (0)34 448 60 61 • www.flyer.ch • info@flyer.ch

Sag mir, was du isst...

«Sag mir was du isst, und ich sage dir, wer du bist.» Ganz so einfach ist wohl die Beziehung zwischen Essen und der Persönlichkeit eines Menschen nicht festzulegen, wie dies ein altes Sprichwort behauptet. Dass aber beispielsweise bestimmte körperliche oder psychische Probleme bei Kindern und Jugendlichen mit der Ernährung zusammenhängen, ist mitunter durch Untersuchungen und in der Praxis belegt.
Dies unterstreichen auch die Beispiele von Kindern und Jugendlichen im Buch «Lern- und Verhaltensstörungen sind essbar» von Sigrid De Leo-Schulte. «Ich möchte aufzeigen, wie das, was die jungen Leute konsumieren und vor allem, was sie nicht zu sich nehmen, sich direkt auf das Verhalten auswirkt», umschreibt sie ihre Ziele einleitend. Sie stellt unter anderem Zusammenhänge zwischen, Hyperaktivität, Schulversagen, Adipositas, Allergien, Gewaltbereitschaft und dem Essverhalten von Jugendlichen fest und zeigt Lösungswege auf. dfm

Sigrid De Leo-Schulte, «Lern- und Verhaltensstörungen sind essbar!», katercom/ rotblatt im Iris Kater Verlag – Viersen, 232 Seiten, Fr. 28.50

Die Würze der Arbeit

«Erholung ist die Würze der Arbeit.» Was der griechische Philosoph Plutarch bereits seinen Zeitgenossen im ersten Jahrhundert unserer Zeitrechnung als Weisheit mit auf den Weg gab, ist in der heutigen hektischen und leistungsorientierten Epoche noch immer ein weiser Ratschlag. Er steht im Büchlein «Mach mal Pause», aus dem Werd-Velag, welches in Zusammenarbeit mit der Entwicklungsorganisation Helvetas entstanden ist. Eindrückliche Bilder aus verschiedenen Kulturen und Erdteilen zeigen Menschen bei der Arbeit und in Ruhephasen. Die Photos sprechen für sich; sie wecken Assoziationen, ebenso wie die kurzen Weisheiten und Sprichwörter aus aller Welt. Wer sich auf Text und Bild einlässt, geniesst einen Moment der Ruhe und Erholung. dfm

«Mach mal Pause», Werd Verlag AG und Helvetas, Fr. 25.70, ISBN-Nr. 3859325493

Kraft der Imagination

«Imagination ist wichtiger als alles Wissen.» Dies sagte Albert Einstein. Erwachsene empfinden in der Regel Imagination und Realität als Gegensätze. «Innere Bilder sind für Kinder eine lebendige, subjektive Realität. Sie lassen sich sehr direkt von ihren Begegnungen mit den inneren Wesen berühren», sagt Christian Lerch, der als ehemaliger Lehrer seit 13 Jahren selbstständig im therapeutischen und pädagogischen Bereich tätig ist.
In seinem Buch «Kinder entdecken die innere Kraft» gibt er Anleitung, wie Kinder auf «innere Reisen» geführt und dabei unterstützt werden und welche Kraft sie daraus schöpfen können. «Die integrative Imaginationsarbeit regt die Kinder an, mit den Krafttieren, die sich ihnen auf diesen Reisen spontan zeigen, in Kontakt zu treten», erklärt er dazu. Imagination bezeichnet der Autor als «Energie, die nicht manipulierbar ist und die Einzigartigkeit eines jeden Menschen ausmacht». dfm

Christian Lerch, «Kinder entdecken ihre innere Kraft – Integrative Imaginationsarbeit», Arbor Verlag, Freiamt im Schwarzwald, 208 Seiten, Euro 16.90, ISBN-Nr. 9783936855524

Essen und Bewegung

«Kinderleicht» stellt alltagstaugliche Ess- und Bewegungsprojekte vor. Erwachsene und Kinder planen Aktivitäten und setzen sie um. Ziel ist, die Themen Essen und Bewegung in einen sinnvollen Zusammenhang zu bringen. Die Broschüre eigent sich für Vorschul- und Schulkinder bis zum 13. Lebensjahr. Auf einer beigelegten CD-ROM stehen hilfreiche Materialien zur Verfügung.

«Kinderleicht», eine Gemeinschaftsproduktion von Suisse Balance, Schweizerischer Turnverband und schulverlag, 64 Seiten, Fr. 20.–, zu bestellen beim schulverlag blmv, Güterstrasse 13, 3008 Bern, www.schulverlag.ch

Dick oder dünn

Warum sind einige Kinder dick und andere nicht? Dies fragt sich die Hauptfigur Leo im «Praxis Buch Übergewicht bei Kindern». Antworten findet er zusammen mit seiner Oma Klara, seiner übergewichtigen Schwimmkollegin Lilly und seinem Kaninchen Flitzer. Das Buch liefert Hintergrundwissen, fotografisch dargestellte Bewegungsideen, ganze Unterrichtseinheiten, Arbeitsaufträge und Material für die Arbeit mit Kindern vom 2. bis 4. Schuljahr zum Thema Übergewicht.

Edith Huber, Matina Vinzens-Schwander, «Praxis Buch Übergewicht bei Kindern», Verlag Schubi, Fr. 39.90, zu bestellen unter www.schubi.ch

Schönheit/Gesundheit

BodyTalk

Im Sinne einer alltagsnahen Gesundheitsförderung bietet PEP Suisse (Prävention Ess-Störungen Praxisnah) kostenlose Workshops zur Stärkung der Körperzufriedenheit und des Selbstwertgefühls an. Die BodyTalks (2 Lektionen) richten sich an Jugendliche ab 7. Schuljahr und sollen zu einem kritischen und selbstbewussten Umgang mit Schönheitsnormen und körperorientierten Leistungsidealen anregen. Im Gespräch und in der Interaktion werden die Jugendlichen ermuntert, ihren ganz persönlichen Schönheitsbegriff zu kreieren. Die Lehrpersonen nehmen an den Workshops für Jugendliche nicht teil. Sie werden in einer zusätzlichen Weiterbildung (1,5 Std.) über die Inhalte von BodyTalk und Früherkennung von und Frühintervention bei Essstörungen informiert. Weitere Informationen: www.pepsuisse.ch, E-Mail bodytalk@pepsuisse.ch

Prävention

Rauch im Netz

Unter www.tabak-webquest.ch findet sich ein schulstufengerechtes Lernabenteuer für Kinder und Jugendliche zwischen 11 und 16 Jahren. Mit diesem WebQuest surfen die Schülerinnen und Schüler zielgerichtet und sachorientiert im Internet nach Inhalten zur Gefährlichkeit und Schädlichkeit des Rauchens. Die Aufgaben werden, wenn möglich, in Gruppen erledigt. Dies fördert zusätzlich die Sozialkompetenz der Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Die Lungenliga Schweiz leistet mit diesem WebQuest einen Beitrag zur Tabakprävention und stellt den Lehrerinnen und Lehrern ein Gestaltungselement für den Unterricht zur Verfügung. Viermal jährlich werden für die besten Gruppenarbeiten Preise verliehen.

Prävention

Food for Kids

Die Stiftung Konsumentenschutz hat in Zusammenarbeit mit dem h.e.p.-Verlag den Ratgeber «Food for Kids – gesunde Ernährung für Kinder und Jugendliche» veröffentlicht (160 Seiten, Fr. 24.–). Das Buch zeigt nicht nur, was es heisst, seine Kids richtig zu ernähren, sondern auch, wie man sie dazu bringt, selbst auf gesunde Essgewohnheiten zu achten. Info: www.konsumentenschutz.ch

Ernährung

Welt-Frühstück

Das (Schul-)Frühstück ist nicht nur von zentraler Bedeutung für die Lernfähigkeit, es wird auch als die Mahlzeit im familiären Raum angesehen, die Kinder am stärksten beeinflussen können. Die Firma Kellogg, weltweit tätiger Anbieter von Cerealien, stellt zu diesem Thema Arbeitsblätter und Vorlagen für den Einsatz in der Schule zur Verfügung. Kinder werden aufgefordert, auf Entdeckungstour zu gehen. Sie können Ausstellungen gestalten und dabei zum Beispiel Frühstücksbuffets entwerfen oder verschiedene Getreidesorten auf Beobachtungstischen anordnen und sie so ins Zentrum von Sinnesübungen stellen. Befragungen zu Frühstücksgewohnheiten sind Anlass zur Reflexion und beflügeln die Kreativität.
Weitere Informationen: www.wie-fruehstueckt-die-welt.ch und www.kelloggs.ch

Therapien

Bio-Energie

In klinisch durchgeführten Studien konnte der Nachweis erbracht werden, dass sich durch die Anwendung des «Bemer» (Bio-Elektro-Magnetische-Energie-Regulation) die Mikrozirkulation im Gewebe, deren Sauerstoffversorgung, aber auch Funktionen des Immunsystems signifikant verbessern lassen. Die Anwendungsmöglichkeiten des Therapie-Systems reichen vom klinischen Bereich bis hin zur Heimanwendung. Es dient bereits dem gesunden Menschen als prophylaktische Massnahme zur Gesunderhaltung und kennt keinerlei Nebenwirkungen. Informationen: christian.hauri@bemer-partner.com

Gesundheit der Lehrpersonen

Gemeinsam gesunden

Die Ansprüche im Lehrberuf steigen, das Aufgabenspektrum erweitert sich, zahlreiche Reformen sind umzusetzen, die Arbeitsbelastung nimmt zu. Wie gelingt es, dass die Gesundheit der Lehrpersonen nicht darunter leidet? Das Schweizerische Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen bietet zehn Schulen in einem Pilotprojekt ein kostenloses Unterstützungsangebot zur Gesundheitsförderung im Kollegium an. Das Team von Prof. Dr. Andreas Krause (Hochschule für Angewandte Psychologie, FHNW) moderiert einen SCHILW-Tag und unterstützt die Optimierung der Arbeitsorganisation. Interessierte Schulleitungen melden sich bei Barbara Zumstein, Nationale Koordinatorin SNGS (Tel. 041 210 62 10 oder zumstein@radix.ch).

Weiterbildung

Ergonomie am Bildschirm

Nach einem langen Tag am Computer den Feierabend ohne Augenbrennen und Nackenschmerzen geniessen. Das ist möglich, denn das beschwerdefreie Arbeiten am Bildschirm lässt sich auch online erlernen. Die Suva hat das Internet-Lernprogramm «Ergonomie am Bildschirmarbeitsplatz» aktualisiert. Es wartet mit neuen ansprechenden Texten, informativen Bildern und spannenden Übungen auf, die dem heutigen Wissensstand angepasst sind. Der Zeitbedarf für das ganze Programm beträgt eine gute Stunde, wobei auch nur einzelne Kapitel ausgewählt werden können. Zu finden ist es unter www.suva.ch/online-lernen

Prävention

Haltung zeigen

Bereits Kinder klagen immer mehr über Rückenschmerzen. Im Projekt «Gesunde Bewegung in der Schule» werden Primarschülerinnen und -schüler in Affoltern am Albis in Körperwahrnehmung und natürlicher Körperhaltung unterrichtet. Seit Anfang September werden die Kinder einer 5. Primarklasse in einem Präventionsprojekt durch den Alexander-Technik-Lehrer Adrian Mühlebach begleitet. Dadurch soll Haltungsschäden und deren Folgen auf den Gesamtorganismus vorgebeugt werden. Neben dem Sitzen in natürlich aufrechter Haltung lernen die Kinder, den Bleistift möglichst leicht in der Hand zu halten, ohne dabei die Muskulatur von Hand, Arm und Schultern unnötig anzuspannen. Das Bewegungsverhalten wird auch im Liegen, Stehen sowie beim sich Hinsetzen und Aufstehen geschult. Informationen unter: www.tam-training.ch oder www.alexandertechnik.ch

Geschenk-Aktion

2 x Weihnachten

«2 x Weihnachten» ist eine Geschenk-Aktion des Schweizerischen Roten Kreuzes SRK, der Post und der SRG. Sinn der Aktion ist es, Weihnachtsfreude weiterzuschenken. Das SRK möchte auch Kinder für Solidarität und Menschlichkeit begeistern und lädt deshalb alle Primarlehrkräfte ein, sich an «2 x Weihnachten» zu beteiligen. Die Festzeit bietet sich an, im Schulunterricht die Problematik der Diskrepanz zwischen Armut und Überfluss zu thematisieren. Info: SRK, Kompetenzzentrum Jugend, Telefon 031 387 71 07, youth@redcross.ch

Kino: «La Consultation»

In der Praxis von Dr. Luc Perino, Hausarzt in Lyon, folgt eine Sprechstunde auf die andere. Alle kommen, um hier ihre Schmerzen, ihre Freuden und ihre Anliegen zu deponieren, weil man «oft viel mehr den Arzt als dessen Medizin braucht». Hélène de Crécy, Regisseurin des Films «La Consultation», nimmt in diesem Film als unsichtbare Beobachterin Platz im Sprechzimmer eines Mediziners, der sich nicht nur mit klinischen Fällen konfrontiert sieht, sondern mit einer verletzlichen Menschheit samt all ihren Verunsicherungen und Nöten. Das Publikum wird Zeuge intimer, bewegender und gewiss auch heilsamer Begegnungen. Ein Film, der in seiner unaufdringlichen Intensität und ruhigen Erzählhaltung an den Erfolgsfilm über eine Landschule «Etre et avoir» erinnert. «La Consultation» startet am 22. November in den Kinos. Informationen: www.xenixfilm.ch

Foto: Xenix Film

Kann zuhören, Hausarzt Luc Perino.

Schutz und Beratung

Für Jugendliche und Kinder in Not

Kindern und Jugendlichen in akuten Notsituationen aus den Kantonen Basel-Stadt und Basel-Landschaft steht ein neues Angebot zur Verfügung: das Projekt Notbetten. Die «Notbetten» sind gedacht für Situationen, in denen Kinder und Jugendliche im Alter zwischen 7 und 18 Jahren sich nicht nach Hause getrauen, sei es, weil sie von familiärer Gewalt betroffen sind oder sie sich in einer schweren persönlichen Krise befinden. Zugang zu diesem Angebot finden die betroffenen Kinder und Jugendlichen rund um die Uhr über die Gratistelefonnummer 147, die Telefonhilfe der Pro Juventute. Dort erhalten sie Beratung; bei Bedarf wird ihnen ein Notbett vermittelt. Die Notbetten werden in mehreren Kinder- und Jugendheimen in beiden Kantonen eingerichtet. Diese Heime stellen eine kompetente Betreuung sicher. Info: www.notbetten.ch

Umgang mit Geld

Swiss School Award

Zum dritten Mal wird diesen Herbst der nationale Schulwettbewerb zur Jugendverschuldung «Swiss School Award» ausgeschrieben. Neu wird der Wettbewerb auf dem Internet durchgeführt. Die Wettbewerbsaufgabe besteht darin, eine attraktive Internetadresse vorzuschlagen und eine von Jugendlichen für Jugendliche konzipierte Website zum Thema «Umgang mit Geld» mit Beiträgen zu füllen. Gesucht werden die besten Texte, Filme, Songs, Podcast, Comic oder Games rund um das Thema Jugendliche und Geld. Den Gewinnern winken attraktive Geld- und Sachpreise in der Höhe von total 3000 Franken. Beteiligen können sich ganze Schulklassen oder auch einzelne Schülerinnen und Schüler im Alter von 13 bis 20 Jahren. Die Teilnahme ist individuell pro Etappe möglich. Information: www.swissschoolaward.ch Veranstalterin des Wettbewerbs ist das Inkassounternehmen Intrum Justitia.

Exkursionen

Energie-Linie

Die Energieversorger IWB, EBL, GVM und AEK entwickeln, planen, bauen und betreiben in der Nordwestschweiz zahlreiche Kraftwerke. Linie-e bietet Führungen zu diesen innovativen Anlagen, die alle mit einheimischen Ressourcen erneuerbare Energie produzieren. Über 12000 Besucher haben im vergangenen Jahr die neun Anlagen der Linie-e besucht. Nun haben die Organisationen sun21 und Ökozentrum Langenbruck gemeinsam mit Lehrkräften Exkursions- und Lernmodule für Schulen entwickelt, welche die Themen Biomassevergärung, Solarenergie, Energieeffizienz und Holznutzung (2008) vertieft behandeln. Die halbtägigen begleiteten Exkursionen umfassen jeweils eine Einführungslektion, eine Anlagenbesichtigung mit Experimenten und interaktive Arbeitsblätter. Energiepolitische Hintergründe werden genauso behandelt wie das Potenzial erneuerbarer Energien und Energieeffizienz. Auch Berufsmöglichkeiten werden aufgezeigt. Ab sofort können Lehrpersonen die kostenlosen Module unter www.linie-e.ch buchen. Geeignet für Mittel- und Oberstufe.

Die Beiträge der Rubrik «Bildungsmarkt» beruhen in der Regel auf Einsendungen an BILDUNG SCHWEIZ oder auf Informationen von Inserenten. Nur in namentlich gezeichneten Ausnahmefällen ist damit eine Empfehlung der Redaktion verbunden.

Impressum

BILDUNG SCHWEIZ erscheint monatlich
BILDUNG SCHWEIZ-Stellenanzeiger erscheint in allen Ausgaben sowie nach Bedarf separat;
152. Jahrgang der Schweizer Lehrerinnen- und Lehrerzeitung (SLZ)

Herausgeber/Verlag

Dachverband Schweizer Lehrerinnen und Lehrer (LCH)
- Beat W. Zemp, Zentralpräsident, Erlistrasse 7, 4402 Frenkendorf
  E-Mail: beat.w.zemp@lch.ch
- Franziska Peterhans, Zentralsekretärin
  E-Mail: f.peterhans@lch.ch
- Anton Strittmatter, Leiter Pädagogische Arbeitsstelle LCH, Jakob-Stämpflistr. 6, 2504 Biel-Bienne
  E-Mail: a.strittmatter@lch.ch

Zentralsekretariat/Redaktion:
Ringstrasse 54, 8057 Zürich
Telefon 044 315 54 54 (Mo bis Do 8.00 bis 12.00 und 13.30 bis 16.45 Uhr, Fr bis 16.00 Uhr)

Redaktion

- Heinz Weber (hw), Verantwortlicher Redaktor, Doris Fischer (dfm), Redaktorin
  E-Mail: bildungschweiz@lch.ch
- Peter Waeger (wae), Grafik/Layout
  E-Mail: p.waeger@lch.ch

Ständige Mitarbeit
Madlen Blösch (mbl), Wilfried Gebhard, Käthi Kaufmann, Ute Ruf, Urs Vögeli-Mantovani skbf
Foto: Tommy Furrer, Peter Larson

Internet

www.lch.ch
www.bildungschweiz.ch

Alle Rechte vorbehalten.

Inserate/Druck

Inserate: Kretz AG,
Zürichsee Zeitschriftenverlag, 8712 Stäfa
Telefon 044 928 56 09, Fax 044 928 56 00
Anzeigenverkauf: Martin Traber
E-Mail: martin.traber@kretzag.ch

ISSN 1424-6880

Zu verkaufen

Per 30. Januar 2008 verkaufen wir diverses Schulmobiliar wie Wandtafeln, Schülerpulte etc.

Siehe Link http://www.schulplanung.ch/anzeige/anzeigen.php?kategorie_id=1

Weitere Infos unter:
Heilpädagogische Schule Liestal, Telefon 061 901 21 00

Stimme

Ich bin Stimme bin Ich

Kurs-Unterlagen: Brigit Spörndli
Gesangspädagogin SMPV
E-Mail: stimmich@bluewin.ch

Zentrum Bodyfeet
FACHSCHULE FÜR NATURHEILKUNDE UND MANUELLE THERAPIEN

Berufbegleitende Ausbildung
NaturheilpraktikerIn
Ausbildungsbeginn Januar 2008
Thun – Aarau – Rapperswil
www.bodyfeet.ch

Erzähltheater ***Salaam***

Die etwas andere Art, Geschichten zu erzählen. Für Ihren nächsten kulturellen (Schul-)Anlass.

Heiner Hitz, Baselstrasse 55,
4125 Riehen, Tel./Fax 061 321 63 91
Mail: hitz.salaam@freesurf.ch
www.salaam.ch

Zu verkaufen
wunderschön und ruhig gelegenes
Walliser Chalet
Lärchenholz, 2–3 Räume, am Rande eines Dorfes im Val d'Hérens, eigenes Zufahrtsträsschen, Terrain 1818 m².
Verkaufspreis: Fr. 280 000.–.
Anfragen erbeten unter Chiffre Nr. 255 856, Kretz AG, Bildung Schweiz, Seestrasse 86, 8712 Stäfa.

Märchen erzählen lernen

Einführungsseminare
Ausbildungen
Märchentage

Mutabor Märchenseminare
Postfach • CH-3432 Lützelflüh
Tel 034 431 51 31
www.maerchenseminare.ch

ukulele.ch
Melodie und Begleitung 111 Seiten
zu bestellen bei www.ukulele.ch

Universitäre Psychiatrische Kliniken Basel

Die Universitären Psychiatrischen Kliniken Basel erfüllen mit rund 800 Mitarbeitenden anspruchsvolle Aufgaben in der psychiatrischen Versorgung sowie der universitären Forschung, Lehre und Ausbildung.

Für unsere Kinder- und Jugendpsychiatrische Klinik (KJPK) suchen wir für die Kinderpsychiatrische Abteilung (KPA) zum 1. Januar 2008 einen / eine

Primarschullehrer/-in, vorzugsweise mit heilpädagogischer Ausbildung 85%

Die Tätigkeit besteht aus dem Schulunterricht, schulischen Abklärungen und Unterstützung bei der Integration in die externe Schule von bis zu acht Kindern im Alter von 6 - 13 Jahren mit psychischen Störungen, die in der KPA stationär abgeklärt und/oder behandelt werden.

Wir bieten Ihnen ein vielfältiges und interessantes Aufgabengebiet, eine enge Zusammenarbeit mit dem multidiziplinären Team sowie Supervision. Die Anstellungsbedingungen und Löhne richten sich nach kantonalen Richtlinien. Bei Bedarf unterstützt Sie die Abteilung Personalwesen bei der Suche nach einem Kinderkrippenplatz.

Verfügen Sie über die entsprechende Ausbildung, fundierte Berufserfahrung, Kenntnisse im Umgang mit Kindern mit psychischen Störungen, eine Bereitschaft, solche Kinder schulisch zu fördern, und Interesse und Freude an der Zusammenarbeit in einem interdisziplinären Team, dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung.

Weitere Auskünfte erteilt Ihnen gerne Marisa Nussbaumer, pflegerisch-pädagogische Leiterin KPA, Tel. +41 (0)61 691 38 48 oder E-Mail: marisa.nussbaumer@upkbs.ch

Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen richten Sie bitte an die Universitären Psychiatrischen Kliniken UPK, Abteilung Personalwesen, Gaby Wüthrich, Wilhelm Klein-Strasse 27, 4025 Basel.

Wilhelm Klein-Strasse 27, CH – 4025 Basel
Telefon +41 61 325 51 11, Telefax +41 61 325 52 58, www.upkbs.ch

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidg. Departement für Verteidigung, Bevölkerungsschutz und Sport VBS
Bundesamt für Sport BASPO

Jugend+Sport (J+S) gestaltet und fördert jugendgerechten Sport, ermöglicht Jugendlichen, Sport ganzheitlich zu erleben und mitzugestalten und unterstützt die Entwicklung und Entfaltung junger Menschen. J+S entwickelt das neue Sportprogramm J+S Kids. Wir suchen eine/n

Turn- und Sportlehrer/in (70%)

Für den Bereich J+S Kids «Schule» (50%) sowie die Modellschule (20%) suchen wir eine aufgestellte, teamfähige und kommunikative Persönlichkeit. Sie sind verantwortlich für den Aufbau des Bereichs J+S Kids «Schule» und helfen mit bei der Aus- und Fortbildung von J+S Kids-Experten und -Leitern. Die Erarbeitung von Lehrunterlagen gehört ebenfalls zu Ihren Aufgaben. Sie unterrichten täglich vormittags eine Stunde Sport an der Modellschule.

Sie sind ein/e erfahrene/r Turn- und Sportlehrer/in oder Lehrer/in mit vertieften Kenntnissen der Institution J+S. Sie bringen Erfahrung im Umgang mit Kindern der Basis-/Elementarstufe mit und haben auf dieser Stufe über längere Zeit Sportlektionen unterrichtet. Mit der gängigen MS-Office Palette kennen Sie sich bestens aus. Sie kommunizieren stilsicher in Deutsch, verfügen über gute Kenntnisse in Französisch und können in dieser Sprache auch unterrichten.

Die Stelle ist befristet bis 30.06.09 mit Option auf eine Verlängerung.

Stellenantritt: sofort oder nach Vereinbarung, Anmeldefrist: 31.10.07.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann senden Sie bitte Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen an folgende Adresse:
Frau Ginette Mathez, Human Resources, Bundesamt für Sport BASPO, 2532 Magglingen

Fachliche Auskünfte: Herr Martin Jeker, Chef Jugend+Sport (J+S), Tel. 032 327 64 63.

Weitere interessante Stellenangebote der Bundesverwaltung finden Sie unter **www.stelle.admin.ch**

Kanton Zug

Das Amt für gemeindliche Schulen des Kantons Zug baut seine bisherigen Strukturen und Instrumente zur Weiterentwicklung der Schulqualität und deren Überprüfung aus. Ab 1. August 2008 wird eine Abteilung «externe Schulevaluation» aufgebaut. Diese gibt den Schulen inskünftig periodisch eine fachliche Aussensicht zu vereinbarten Qualitätskriterien.

Wir suchen deshalb auf 1. August 2008

Fachpersonen für die externe Schulevaluation

Pensum: 50–100%

Als Schulevaluatorin oder Schulevaluator verfügen Sie über eine pädagogische Ausbildung und mehrjährige Unterrichtserfahrung auf der Primarstufe oder Sekundarstufe I. Idealerweise verfügen Sie über Erfahrungen im Qualitätsmanagement (Bereich Schule/Bildung). Sie bringen fundiertes Wissen über Schulstrukturen und Bildungsinhalte der obligatorischen Schulzeit mit. Sie haben vertiefte Kenntnisse in bildungspolitischen Fragen, Entwicklungen und von Ergebnissen der Schulwirkungsforschung. Sie sind belastungsfähig, haben überzeugende EDV-Anwenderkompetenzen, eine hohe Kommunikations- und Sprachkompetenz (mündlich und schriftlich) und können Daten differenziert analysieren. Sie sind bereit, sich im Bereich externe Schulevaluation weiterzubilden.

Wir bieten eine interessante und abwechslungsreiche Tätigkeit in einem kleinen Team, mit der Möglichkeit, den Aufbau der Abteilung externe Schulevaluation aktiv mitzugestalten. Die Besoldung richtet sich nach dem kantonalen Personalgesetz.

Richten Sie Ihre Bewerbungen mit den üblichen Unterlagen unter dem Kennwort «externe Schulevaluation» bis 31. Oktober 2007 an:

Direktion für Bildung und Kultur des Kantons Zug, Baarerstrasse 19, 6300 Zug

Weitere Informationen und Auskünfte erteilt Ihnen Stephan Schär, leitender Schulinspektor und designierter Leiter der neuen Abteilung Schulevaluation, Direktion für Bildung und Kultur des Kantons Zug, stephan.schaer@dbk.zg.ch, Telefon 041 728 31 85.

Das katholische Institut Mont-Olivet ist eine Privatschule in Lausanne mit einem bilingualen Zweig (französisch-deutsch), das seine Schüler zur zweisprachigen Matura führt. Wir suchen für unsere Sektoren Vor- und Primarschule auf Januar 2008 eine(n) kompetente(n)

deutschsprachige(n) Lehrer(in)

Wir bieten an:
- Angenehme Arbeitsbedingungen in einer Schule von menschlichen Ausmassen (ca. 320 Schüler)
- Attraktive Einstellungsbedingungen
- Ein pädagogisches Team, das Werte vermittelt und Lebt

Angebote mit vollständigem Dossier richten Sie bitte an:

Institut catholique Mont-Olivet, Ressources humaines, Chemin de Mont-Olivet 19, 1006 Lausanne

Stadt Dietikon

Schulpflege

Die Schule Dietikon umfasst 31 Kindergärten, 71 Primar- und 37 Oberstufenklassen mit insgesamt rund 2700 Schülerinnen und Schülern und ca. 300 Mitarbeitenden. Auf Beginn des Schuljahres 2008/09 werden Schulleitungen eingeführt.

Die Schuleinheiten Fondli, Steinmürli und Wolfsmatt sind Primarschulen, Zentral und Luberzen sind Schulen mit Primar- und Oberstufe. Die Kindergärten sind den Schuleinheiten zugeteilt. Integrations- und sonderpädogogische Themen sind bei uns wichtige Bereiche.

Für unsere fünf neuen Schuleinheiten suchen wir ab August 2008 Schulleiterinnen und Schulleiter für

Hauptleitungen mit Pensen ab 80%

und ergänzend dazu

Co-Leitungen mit Pensen ab 20%

Ihre Aufgaben

- Aufbau der neu geschaffenen Schulleitung
- operative Führung einer Schuleinheit in pädagogischer, betriebsorganisatorischer, personeller und finanzieller Hinsicht

Ihr Profil

- starke Führungspersönlichkeit mit Erfahrung im Führen von Gruppen und Projekten
- Kenntnisse in Projekt- und Prozessmanagement
- Organisationsgeschick
- sicheres Auftreten, hohe Sozialkompetenzen und Durchsetzungsvermögen
- hohe Team-, Kommunikations- und Kritikfähigkeit
- gute Anwenderkenntnisse im EDV-Bereich
- offen für Neues, interessiert an der Weiterentwicklung der Schule
- abgeschlossene Ausbildung als Volksschullehrerin / Volksschullehrer
- für Hauptleitungen: abgeschlossene Ausbildung als Schulleiterin/Schulleiter (allenfalls in Ausbildung)
- Berufserfahrung an der Volksschule

Unser Angebot

- grosse Schulgemeinde, interessiertes und kompetentes Lehrerteam
- kooperative Schulbehörde, die hohe Kompetenzen an die Schulleitungen delegiert
- effiziente Schulverwaltung, eingebettet in der Stadtverwaltung
- grosszügige Unterstützungs- und Förderpolitik in Weiterbildungsfragen
- kulturelle Vielfalt in der Gemeinde
- Anstellungsbedingungen nach kantonalen Vorgaben

Sind Sie an einer Führungsaufgabe in einer multikulturellen Umgebung und einer sich entwickelnden Stadt interessiert? Dann möchten wir Sie gerne kennenlernen.

Bitte richten Sie Ihre Bewerbung für eine Haupt- oder Co-Leitung bis 31. Oktober 2007 mit den üblichen Unterlagen an die Schulpflege Dietikon, Stadthaus, Bremgartnerstrasse 22, 8953 Dietikon.

Weitere Auskünfte erhalten Sie vom Schulpräsidenten, Gaudenz Buchli, Tel. 044 744 36 66, Mail: gaudenz.buchli@dietikon.
Webseite der Stadt Dietikon www.dietikon.ch

Unterrichtshilfen zum Thema Blut

Die Schülerinformation des Blutspendedienstes SRK bietet einen fundierten und vollständigen Einblick ins Thema Blut. Die Broschüre vermittelt pädagogisch aufbereitetes Wissen und enthält zahlreiche Aufgaben- und Arbeitsblätter. Sie eignet sich optimal für die Behandlung der Thematik auf verschiedenen Lernniveaus innerhalb der Oberstufe und Berufsbildung.

«Die Reise des Blutes» für die Unterstufe
Ein spannendes, reich illustriertes Bilderbuch für Kinder im Alter von 8 bis 10 Jahren, das Wissenswertes über die lebenswichtige Funktion des Blutes und anderer Organe vermittelt.

Beide Lehrmittel sind frei von jeglicher Werbung und werden den Schulen gratis abgegeben. Bestellen Sie die erforderliche Anzahl Hefte oder Bilderbücher unter logistikch@redcross.ch, www.blutspende.ch oder mittels des untenstehenden Coupons.

Bestellcoupon:

_____ Ex. Schülerinformation «Das Blut»

_____ Ex. Bilderbuch «Die Reise des Blutes»

Einsenden an:
SRK Logistik-Center, Aufträge/Versände,
Werkstrasse 18, 3084 Wabern, Fax 031 960 76 10

Adresse: _____

_____

_____

Privatklinik Wyss
Innovation seit 1845

THE SWISS LEADING HOSPITALS

Stress
Burnout
Depression

Die Privatklinik Wyss zeigt neue Wege auf.

☎ +41 31 868 33 33
✉ info@privatklinik-wyss.ch

Psychotherapie ist unsere Kompetenz - Nachhaltigkeit unser Ziel

Privatklinik Wyss AG
Spezialklinik für Psychiatrie und Psychotherapie
3053 Münchenbuchsee

www.privatklinik-wyss.ch

SanArena Rettungs Schule

Erste Hilfe für Lehrpersonen

Unsere medizinischen Fachpersonen bilden Sie weiter . . .

- **bei medizinischen Notfällen mit Kindern und Jugendlichen**
- **in speziellen Gruppenkursen (intern und extern)**
- **auf unserem einzigartigen Nothilfe-Parcours**

EDUQUA zertifiziert

Wir beraten Sie gerne
SanArena Rettungsschule, Zentralstrasse 12, 8003 Zürich
Tel. 044 461 61 61 info@sanarena.ch **www.sanarena.ch**

Kerzenziehen besinnlich und kreativ
Wachse, Dochte, Farben
Zubehör, Tipps & Ideen

Kerzenfabrik Hongler
9450 Altstätten SG

Betriebsführungen für Gruppen ab 10 Personen.

Katalog bestellen unter
Tel 071/788 44 44
oder **www.hongler.ch**

BILDUNG SCHWEIZ demnächst

Religion in der Schule

«Ist religiöse Bildung noch Teil des öffentlichen Bildungsauftrags?», fragt der LCH. Und wie gehen Lehrpersonen mit den besonderen Ansprüchen von Kindern und Eltern nicht christlicher Religionen um? Lehrpersonen sprechen über ihre Erfahrungen mit Weihnachtsritualen. Religionspädagogen und -soziologen verschiedener Religionen nehmen Stellung und stellen Kriterien für einen pädagogisch korrekten Knigge auf.

Schulbuch-Verlage jubilieren

Der Verlag Sauerländer ist 200 Jahre alt. Der Verlag Klett und Balmer zählt 40 Jahre. BILDUNG SCHWEIZ beleuchtet mit den Verlagsverantwortlichen Geschichte und Aktualität.

LCH-Persönlich

In regelmässiger Folge stellt sich in BILDUNG SCHWEIZ eine Mitarbeiterin oder ein Mitarbeiter des Zentralsekretariats des LCH vor. Den Anfang macht Monika Grau, verantwortlich für den Reisedienst und LCH MehrWert.

Die nächste Ausgabe von BILDUNG SCHWEIZ erscheint am 30. Oktober 2007.

Alles Gute ist schlecht

Ute Ruf

In den Ferien mit einer Freundin im Tessin rumgelaufen. Sie läuft leichtfüssiger als ich. Ist auch leichter. Isst auch leichter. Sechs Kilo müssen weg, sagte ich ein paar Tage lang zu mir. Dann ging ich zu den Weight Watchers. Vor kurzem hatte nämlich auch ein Kollege mit Weight Watchers abgenommen. Ich dachte, er habe solche Sorgen, weil er immer verhärmter aussah, aber nein, er hatte nur an Gewicht im Gesicht verloren.

Eine hübsche Kursleiterin, die Natalie, rank und schlank. Sie zeigt ein Foto von sich, 12 Kilos vorher, und sagt: «Was ich geschafft habe, könnt ihr alle auch. Wie ging es euch eigentlich vergangene Woche?»
Jetzt kommen Klagen und Beichten: «Ein Reiheli Schoggi ist einfach zu wenig!»
«Ich werde von Früchten dick, ja, lacht nicht, die haben auch Zucker.»
«Ich habe ein Poulet gegessen – mit Haut!»
«In den Ferien Alkohol getrunken und Pfefferminzschokolade, jetzt kann ich gerade wieder von vorne anfangen.»
Eine Kursteilnehmerin schwärmt: «Ich bin neu hier, ich habe 300 Gramm abgenommen und merke es bereits an den Hosen.» Skepsis macht sich breit.

Ich habe inzwischen zweieinhalb Kilos runter und wenn ich Glück habe, ist es nächsten Donnerstag warm draussen. Dann zieh ich eine kürzere Hose und ein luftiges T-Shirt an (Gewichtreduktion!) und wenn ich es schaffe, den Schoggi-Gipfeli im Lehrerzimmer zu widerstehen, dann bekomme ich einen goldenen Stern auf meine Kundenkarte. Den Drei-Kilo-Abnahme-Stern! Wie in der Schule: ein Kleberli für eine gelungene Seite! Ich mag diese Philosophie eigentlich nicht, die Kinder sollen nicht arbeiten im Hinblick auf eine Belohnung. Das ist Tierdressur.

Dann lobt die Kursleiterin alle, die abgenommen haben. «Toll Ute, 200 Gramm weniger als letzte Woche, weiter so!» Ich sitze zwischen Mollis und Massis. Nun wird einer Stammkundin ein Diplom überreicht. Sie hat dreissig Kilos abgenommen! Muss aber noch mehr!

Munter werden wir alle, wenn die Kursteilnehmerin fragt, was viele Punkte hat.
Wir fangen an, feine Dinge aufzuzählen und geraten ins Schwärmen: «Röschti – weisch wiä guet! Und Brännticräm! Käsfondue» – lange nicht mehr gegessen, weil: 31 Punkte – und 20 Punkte pro Tag sind das Limit. Ja, das Kontingent ist schnell erschöpft!
«Was meint ihr zu den Esswaren mit den vielen Punkten?» fragt die Kursleiterin.
(Wie sie dasteht mit ihrem Gürtel um die schlanke Taille!)
«Alles Gute ist schlecht», fasse ich zusammen. Und sie ergänzt: «Gemüse heisst die Devise. Was macht ihr an einem Grillfest?»
«Peperoni und Zucchetti in der Folie, grünen Salat!»
«Passt aber auf bei der Salatfalle!»
Salatfalle? Ich kenne nur eine Schneckenfalle.
«Das ist die französische Salatsosse», erklärt Natalie und fragt weiter:
«Was gibt's zum Dessert?» «Fruchtsalat!», ruft der Weight Watcher-Chor.
Wie oft sagen unsere Schüler etwas, was wir hören wollen?

Sicheres Ballspiel!

Planen Sie Ihre nächste Sportlektion mit dem bfu-Unterrichtsblatt Ballspiele mit den Themen Ballannahme, 5 Basics der Ballspiele und stufengerechte Bälle.

www.safetytool.ch

Beratungsstelle
für Unfallverhütung bfu
Laupenstrasse 11 • CH-3008 Bern
Tel. 031 390 22 22
Fax 031 390 22 30
info@bfu.ch • www.bfu.ch

Partner
zertifiziert bildung+ gesundheit
Netzwerk Schweiz
www.bildungundgesundheit.ch