



Infobrief 1 | 2018

www.radix.ch/bgf

Liebe Leserin, lieber Leser

Die Allianz Betriebliche Gesundheitsförderung in Schulen wurde im September 2012 gegründet und wird von RADIX Gesunde Schulen, den Verbänden der Schulleitenden (VSLCH und CLACESO) und Lehrerinnen und Lehrer (LCH und SER) getragen. Die Allianz vernetzt professionelle Institutionen (NPO) mit wissenschaftlicher und erfahrungsbasierter Expertise in der ganzen Schweiz. Sie **bündelt bestehende Informationen**, erkennt Lücken und stösst Entwicklungen und Diskussionen an. Die Mitglieder sensibilisieren in ihren Gefässen für die Betriebliche Gesundheitsförderung in Schulen.

Ihre [Allianz-Mitglieder BGF in Schulen](#)

Wollen Sie keine weiteren Informationen? [Infobrief abbestellen](#)

Wollen Sie sich neu anmelden? [Infobrief abonnieren](#)

Grundlagen

Gesunde Lehrpersonen – gute Schulen

Das Individuelle Anstrengungen reichen nicht aus, damit Lehrpersonen im Beruf langfristig gesund und motiviert bleiben – es braucht systemische Verbesserungen. Am Schweizer Bildungstag 2017 in Bern präsentierten die Lehrerdachverbände LCH und SER Forderungen, die den Arbeitgeber in die Pflicht nehmen und zu einem verbesserten Gesundheitsschutz von Lehrpersonen beitragen sollen. Gleichzeitig wurde ein umfangreiches Dossier zum Thema Gesundheit der Lehrpersonen zur Verfügung gestellt. In diesem sind neben dem Leitfaden alle Studien abrufbar, die im Auftrag des LCH zum Thema verfasst wurden.

[mehr](#)



Gesundheitsförderung in der Schule

Im Oktober 2017 publizierte der Kanton Aargau das Orientierungsraster «Gesundheitsförderung in der Schule». Es beschreibt mit Leitsätzen und Indikatoren, was eine gesundheitsfördernde Schule ausmacht und dient Schulen zur Selbstbeurteilung, zur Entwicklungsplanung und zur Kommunikation. Gesundheitsförderung ist dabei nicht primär ein Projektvorhaben, sondern eine grundsätzliche Perspektive.

[mehr](#)



Fachfokus Allianz BGF in Schulen

Die Allianz-Mitglieder arbeiten aktuell an den wissenschaftlichen Grundlagen um den Einfluss der Gesundheit der Lehrpersonen und Schulleitungen auf die Gesundheit der Schüler/-innen einerseits und andererseits für die Bildung aufzuzeigen. Ein Argumentarium wird dazu erstellt, wir informieren laufend im Infobrief.



Überkantonale Angebote



Schule handelt – Stressprävention am Arbeitsplatz

Aufgrund der positiven Evaluationsergebnisse des Pilotprojektes «S-Tool in Schulen» kann RADIX im Auftrag von Gesundheitsförderung Schweiz das Angebot mit neuem Namen fortführen. Der neue Name «Schule handelt – Stressprävention am Arbeitsplatz» bringt das Angebot bestehend aus Befragungsinstrument und Prozessbegleitung auf den Punkt und ermöglicht Schulen partizipativ, massgeschneiderte Massnahmen zur betrieblichen Gesundheitsförderung umzusetzen. Ab 2018 wird das Angebot allen Schulen in der Deutschschweiz zur Verfügung stehen. In der Romandie wird die Pilotisierung des Angebotes vorbereitet.

[mehr](#)



Stark im Stress – Trainingsprogramm für einen guten und gesunden Umgang mit Belastungen und Stress

Der Schulalltag fordert Lehrerinnen und Lehrer jeden Tag heraus. Die hohen Erwartungen der Schule, Eltern und Kinder belasten die psychische und physische Gesundheit. Damit Lehrpersonen die Freude am Beruf und an den Kindern behalten und gesund bleiben, lohnt es sich, die eigenen Strategien im Umgang mit den täglichen Herausforderungen zu erweitern und zu stärken. Kurse auch als SCHILF möglich.

[mehr](#)



Gute, gesunde Schulen
Beratungs- und Schulungsangebote zur Stärkung
der Gesundheit von Lehrpersonen und Schulleitenden

Minipausen im Schulalltag!

Ein Schnupperkurs: Sie wünschen sich einfache, gut umsetzbare Instrumente zur Selbstfürsorge im Schulalltag? Eine Minipause hat Auswirkungen auf die körperliche Befindlichkeit, die emotionale Balance und die geistige Klarheit. Bereits ein kurzes, achtsames Innehalten entlastet den Organismus. Mit neuer Energie, gesunder Distanz und verändertem Blickwinkel können Sie Ihre nächste Tätigkeit angehen. Dieses und weitere Angebote in der Broschüre «[Gute, gesunde Schulen](#)».



10 Schritte für deine psychische Gesundheit

Die Arbeitswelt hat sich in den letzten Jahren stark verändert. Was uns heute vor allem zusetzt, sind psychosoziale Belastungen wie Stress, Überwachung oder Mobbing. Die «10 Schritte für deine psychische Gesundheit» unterstützen das Gesundbleiben und können dazu beitragen, psychischen Erkrankungen vorzubeugen. Erfahren Sie in dieser [Broschüre](#) spannende Tipps, die Sie einfach in Ihren Alltag integrieren können.

Wissenschaft

Determinanten und Konsequenzen von Erschöpfung bei Lehrpersonen nach der Ausbildung

Diese Längsschnittstudie wurde 2008 – 2012 mit 744 Lehrpersonen nach ihrer Ausbildung in Frankreich durchgeführt. Um die Entwicklung und Vorbeugung von Burnout besser zu verstehen, wurden die entsprechenden Determinanten beobachtet. Auf Basis der Resultate wurden konkrete Vorschläge für die Ausbildung, Rekrutierung und Begleitung von Lehrpersonen formuliert. Ein zweiter Teil geht auf den Einfluss von Erschöpfung auf Schulerfolg der SuS ein. Obwohl sich der Kontext in der Schweiz unterscheidet, gibt die Studie interessante Hinweise für die weitere Reflexion.

[mehr](#)

Nationale Bedarfsanalyse von Massnahmen zur Förderung der Psychischen Gesundheit im Bildungsbereich

Die Autorinnen gingen folgender Frage nach: Gibt es an Schweizer Volksschulen Handlungsbedarf in Bezug auf die Förderung der Psychischen Gesundheit bei Kinder und Jugendlichen, respektive Lehrpersonen und wenn ja, welchen? Drei Teilberichte wurden quer analysiert. Die Resultate und 13 Empfehlungen wurden in einem Synthesebericht veröffentlicht.

[mehr](#)



 **bildung+
gesundheit**
Netzwerk Schweiz