**Konzept Gesunde Schule**

Das Selbstverständnis und das christliche Menschenbild, die unserer Arbeit am SHG zu Grunde liegen, erfordern eine ganzheitliche Sicht, die gesundheitliche Fürsorge mit einbezieht und richten sich nach den Grundprinzipien einer „guten gesunden Schule“ aus.

Um die Gesundheitsförderung und Prävention als integralen Bestandteil der Schulentwicklung mit weiteren, geeigneten Maßnahmen gestalten zu können, besteht zwischen dem SHG und dem Landesprogramm Bildung und Gesundheit NRW ein Kooperationsvertrag.

[**→ BUG Landesprogramm Bildung und Gesundheit NRW**](https://www.bug-nrw.de/)

**Aber was heißt das nun für das SHG konkret?**

Vier Gesundheitsaspekte stehen bei uns im Rahmen der Schulentwicklung besonders im Fokus: Ernährung, Bewegung, Prävention und Unfallhilfe.

**Ernährung:**

Nach dem Cook and Chill-Verfahren bereitet unser Caterer täglich verschiedene Menus zu, die im Online-Verfahren vorbestellt werden können.

Frische Salate und Obst sind täglicher Bestandteil des Mensaangebotes.

Des Weiteren kann jederzeit kostenfrei an zwei Stellen Trinkwasser – mit oder ohne Zusatz von Kohlensäure – gezapft werden, sodass eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr für jeden gesichert ist.

Den Nutzern der Mensa wird Gelegenheit zu Beurteilung des Angebotes gegeben – ein wichtiges Feed-back, das der Caterer in seine Planungen einbezieht.

Ein Mensa-Ausschuss, an dem auch Eltern und SchülerInnen beteiligt sind, trifft sich regelmäßig, um Vorschläge der Eltern- und Schülerschaft gemeinsam zu diskutieren und Verbesserungen zeitnah umzusetzen.

In den Pausen stellt die Belieferung der Schule mit verschiedenen Backwaren eine zusätzliche Versorgung sicher.

**Bewegung:**

Die Hausordnung verpflichtet die SchülerInnen der Sekundarstufe I dazu, die großen Pausen im Freien zuzubringen (Ausnahmen: Regenwetter, Glatteis).

Unter dem Stichwort „Bewegte Pause“ werden entsprechende Angebote vorgehalten, die auch in den Mittagspausen genutzt werden können. So stehen auf dem Schulhof Spielflächen zu Verfügung; mehrere Tischtennisplatten sind fest installiert, zudem können Spielgeräte ausgeliehen werden.

Es gibt AGs mit sportlichem Angebot wie etwa Fußballspiel und Fechten. SchülerInnen der Oberstufe werden direkt in das Gesundheitskonzept eingebunden, indem sie selbstständig Sport AGs anbieten.

Zudem organisiert und koordiniert die Fachschaft Sport regelmäßig die Möglichkeit zum Erwerb des Sportabzeichens und die Teilnahme von SchülerInnen an verschiedenen sportlichen Wettkämpfen. So steht z.B. in jedem Jahr der AOK-Lauf auf dem Programm. Aber auch an Landessportwettbewerben ist das SHG regelmäßig beteiligt.

**Prävention**

Das Präventionskonzept am SHG bezieht sich auf verschiedene Bereiche.

Im Bereich der Sicherheit finden für die Sekundarstufe I Verkehrssicherheitstrainings statt, die vom ADAC durchgeführt werden. In sogenannten Crash-Kursen zeigt die Polizei SchülerInnen der Sekundarstufe II an konkreten Beispielen Unfallgeschehnisse und ihre Folgen auf, die oft auf Leichtsinn - etwa im Umgang mit Alkohol – zurückgeführt werden können.

Regelmäßig werden SchülerInnen mit Sicherheitsbestimmungen vertraut gemacht, auch für Lehrer finden regelmäßig Sicherheitsschulungen statt.

Wie man Konflikte ohne Anwendung von Gewalt beilegen kann, bekommen die SchülerInnen des Jahrgangs 6 in Kursen zum Deeskalationstraining vermittelt.

Regelmäßig lassen sich SchülerInnen zu Streitschlichtern ausbilden und dienen in sog. Streitschlichterteams ihren MitschülerInnen als Beratungsstelle in Konfliktfällen.

Suchtprävention ist nicht nur in verschiedenen Fächern curricularer Bestandteil des Unterrichts, sondern findet darüber hinaus in den einzelnen Jahrgängen im Rahmen verschiedener Veranstaltungen und bei Bedarf durch Einzelberatungen statt. Hier stehen wir in engem Kontakt zum Suchthilfeverbund Duisburg (Fachstelle Suchtvorbeugung und Jugendsuchtberatung), der auch Eltern als Beratungsstelle zur Verfügung steht.

Im Rahmen des Biologieunterrichtes nehmen die Jahrgänge 6 bis 8 am jährlichen Wettbewerb „Be smart – Don´t start“, einer Kampagne zur Prävention von Nikotinkonsum, teil.

Eltern, Lehrern und SchülerInnen stehen unsere Schulpsychologin Frau Dr. Rüter-Hüsken und unsere Sozialpädagogin Frau Engländer-Giavarra bei Beratungsbedarf zur Verfügung.

Die regelmäßige Durchführung von Gesundheitstagen, die mit der Unterstützung externer Kooperationspartner des Landesprogramms ‚Bildung und Gesundheit NRW‘ (z.B. Krankenkassen AOK, Barmer) und mit verschiedenen Schwerpunktsetzungen erfolgt, ist ebenfalls fester Bestandteil unseres Konzepts einer „ guten gesunden Schule“.

Über das sog. Eltern-Lehrer-Forum (ELF) werden Informationsabende veranstaltet, deren Thematik (nicht unbedingt nur zum Bereich Prävention) oft in Absprache mit bzw. auf den Wunsch von Eltern hin festgelegt wird.

**Unfallhilfe**

Regelmäßig lassen sich SchülerInnen und Lehrer zu Ersthelfern ausbilden und können damit die Schule unterstützen, wenn Unfallhilfe benötigt wird. Aktuell wure ein eigener Raum für die Ersthelfer neu eingerichtet.