

Oberstufenzentrum | Barnim-Gesundheit im Blick

WORK-LIFE-BALANCE: LEHRERGESUNDHEIT

Die Frage: Wie bewältigt man das Berufsleben leistungsgerecht und zugleich im Einklang mit persönlichen Bedürfnissen nach Weiterentwicklung und Gesunderhaltung? Gefährdungspotentiale kennen und die eigene Situation analysieren, um eigenes Verhalten gesundheitsfördernd zu gestalten – dabei hilft uns COPING mit dem diagnostischen Instrument IEGL (Inventar zur Erfassung von Gesundheitsressourcen im Lehrerberuf). Wir bilden uns fort bspw. auf Pädagogischen Tagen zu Themen wie psychische Krankheiten oder Stressbewältigung.



Situation analysieren, um gesundheitsfördernd zu gestalten – dabei hilft uns COPING mit dem diagnostischen Instrument IEGL (Inventar zur Erfassung von Gesundheitsressourcen im Lehrerberuf).

GEBILDET UND GESUND: UNTERRICHTSTHEMEN BEI UNS

Präventionsmaßnahmen - Gesunde Ernährung - Weltaidstag - Drogen & Sucht - klinische Psychologie - Sport - Rückenschule - Wirkung von Alkohol - Mediensucht - Biologische Landwirtschaft - Umweltschonender Genfood - Umgang mit Alltags-Arbeitsschutz - Schulstress - Vorsorge - Fördermöglichkeiten für Kinder mit Einschränkungen - Biologischer Gesundheitsschutz - Hygiene und Infektionsschutz -



MODELLVERSUCH SCHULGESUNDHEIT SFACHKRAFT

Den Zusammenhang von Gesundheit und Bildungserfolg anerkennend beteiligen wir uns 2017-2019 am Modellversuch zur qualitativ hochwertigen gesundheitsbezogenen Versorgung während der Schulzeit und chancenreichen Gesundheitsförderung. Gesundheit, Status wirken zusammen gleich den Lebensweg unserer Jugendlichen. Unsere SGF hilft konkret und berät Schülerschaft, Eltern und Schulpersonal, hat einzelne gesundheitliche Probleme im Blick und vermittelt ggf. Hilfen.



KOOPERATIONEN & NETZWERK

- Martin Gropius Krankenhaus Eberswalde (Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik des Kindes- und Jugendalters)
- Drogenprävention der Polizei
- Stadt Barm
- Verkehrswacht
- Amtsarzt, AOK, AWO, Unfallkrankenkasse, LAVG
- Schulpsychologin



der Polizei

Wir profilieren uns als grüner, gesunder, gewalt- und drogenfreier Ort des Lernens und Lehrens.

Wir pflegen eine gesunde Schulumgebung im Einklang von Körper, Geist und Seele.

Wir fördern das Gesundheitsbewusstsein und die Gesundheitsfürsorge von Schülern



So haben wir es 2013 in unserem Schulprogramm festgeschrieben. Zielgerichtetes Gesundheitsmanagement am OSZ Barnim basiert auf der planvollen Gestaltung und systematischen Weiterentwicklung des Schuljahres mit Angeboten und Maßnahmen, die die individuellen gesundheitsfördernden Prozesse stärken.

ESSEN FÜR KÖRPER UND SEELE: GESUNDE ERNÄHRUNG

Essensversorgung durch „Natürlich essen“: das heißt – bewusste Entscheidung für regelmäßige Mahlzeiten, für schülergerechte Vollwertkost, für mindestens 40 % regionale und Bioprodukte und für Speisen, die entsprechend frisch sind und ohne Zusatz von Geschmacksverstärkern, Aromen, Farbstoffen und Fertigsoßen auskommen. Selbstverständlich ist Gesunde Ernährung auch Thema von Unterrichtseinheiten und Aktionstagen – theoretisch und praktisch – denken-ausprobieren-genießen zum Beispiel in unserer schuleigenen Lemküche.



AKTIONEN & PROJEKTE

- Tag der Gesundheit - 1x im Jahr ganz bewusst die Gesundheit in den Focus rücken
- Tage der Verkehrssicherheit - weil jedes Verkehrsoffer zu viel ist
- Blutspende
- Gesundheitstag der Stadt Barm: nutzen und unterstützen
- Ausstellung zu psychischen Erkrankungen - wenn wir erkennen wie es jemandem geht, können wir Hilfe entwickeln
- Aktionswoche Medien & Gesundheit
- Glücksgipfel



der Stadt Barm: nutzen und unterstützen

RAUCHFREI LERNEN & DROGENPRÄVENTION

Unsere Schule ist ein Ort, an dem Jugendliche prägende Erfahrungen machen und vielen negativen Einflüssen ausgesetzt sind. Deshalb haben wir den Rauchverbot ein wichtiger Schritt, den wir verhindern und somit den Risiken durch den Tabakkonsum vorzubeugen. Unsere Steuergruppe begleitet die Weiterentwicklung unseres Konzeptes zur ganzheitlichen Prävention und Förderung von Vorbildverhalten über das Schulgelände hinaus.



WAS BEI UNS NOCH DIE GESUNDHEIT STÄRKT

- Sportfest und Sportwettkämpfe
- Skifahrt
- Schülercoach
- Alarmübungen
- Regelmäßige Gefährdungsbeurteilung und Objektbegabung
- Ausflüge ins Hygienemuseum
- Individualisierung des Lernens
- „Wir lassen keinen zurück“

