


# Gesund macht Schule



**Gesund macht Schule**  
Das Programm **Gesund macht Schule** ist ein Gesundheitsförderungs- und Gesundheitserziehungsprojekt in der Grundschule, das von den Ärztekammern Nordrhein und Hamburg und der AOK Rheinland/Hamburg initiiert wird. Es fördert die Zusammenarbeit von Schule, Schülern, Eltern, Ärzten und Gesundheitsdiensten im Bereich der Kindergesundheit. Durch die Zusammenarbeit sollen alle Beteiligten im Lebensumfeld Schule für gesundheitsförderliche Verhaltensweisen aufmerksam gemacht und zu gesundheitsförderlichen Aktivitäten motiviert werden.

**Gründe für Gesund macht Schule**  
Schuleingangsuntersuchungen zeigen, dass viele Kinder heute an so genannten chronischen und psychosomatischen Erkrankungen leiden, wie:  
 → Allergische Reaktionen,  
 → Schwächung des Immunsystems,  
 → Schwächung der psychischen Stabilität,  
 → Übergewicht,  
 → Essstörungen,  
 → Teilleistungsstörungen,  
 → Erkrankungen des Skeletts.  
 Einige dieser Erkrankungen können durch vorbeugende Maßnahmen gemindert oder gar vermieden werden. Das Programm **Gesund macht Schule** will dazu beitragen, Schule und Eltern in die Lage zu versetzen, zum Wohle der Kinder aktiv zu werden.

**Die Ziele von Gesund macht Schule**  
Im Rahmen dieser Aktivitäten geht es zum Beispiel um:  
 → die Förderung eines gesundheitsbewussten Ernährungs- und Bewegungsverhaltens in Schule, Elternhaus und Freizeit,  
 → die Stärkung der kindlichen Persönlichkeitsentwicklung,  
 → den Aufbau einer gesundheitsförderlichen Lern- und Arbeitsatmosphäre,  
 → eine von Patientinnen und -ärzten gestützte Gestaltung von gesundheitsförderlichem Unterricht und Elternarbeit,  
 → eine gesundheitsförderliche Gestaltung von Schule und Umgebung durch alle Mitglieder der Schulgemeinschaft,  
 → die Öffnung der Schule zu Gesundheitspartnern und Gesundheitsdiensten in der Gemeinde.

Alle interessierten Grundschulen und Elternvereine im Rheinland und in Hamburg sind eingeladen, an diesem Projekt teilzunehmen. Die teilnehmenden Schulen erhalten ein Unterstützungskonzept und Materialien zur Umsetzung der folgenden Gesundheitsthemen:  
 - Der menschliche Körper/  
 - Beim Arzt  
 - Essen und Ernährung  
 - Bewegung und Entspannung  
 - Sexualerziehung  
 - Suchtprävention

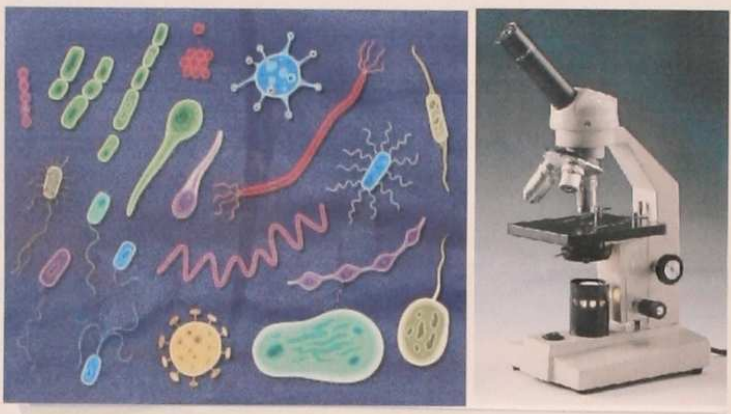
Ausführliche Informationen zum Projekt erhalten Sie unter:  
[www.gesund-macht-schule.de](http://www.gesund-macht-schule.de)

Schulen und Eltern, die an dem Projekt teilnehmen möchten, können sich an die  
 Ärztkammer Nordrhein  
 Kooperationsstelle  
 für Ärzte und Lehrer  
 Tersteegenstr. 9  
 40474 Düsseldorf  
 Telefon: 0211/4302-2030  
 E-Mail: [sabine.schindler-marlow@jeko.de](mailto:sabine.schindler-marlow@jeko.de)  
 wenden.

Ärztkammer Nordrhein    ARZTEKAMMER HAMBURG    AOK



## Lebewesen unterm Mikroskop



Hygiene Projekttag in Klasse 2 am 02. und 03. Februar 2012

Wer weiß schon, dass ein Mensch 2m<sup>2</sup> Haut hat und aus 10 Billionen Zellen besteht? Und dass auf unserer Haut 10mal so viele Bakterien wohnen? Wer hat sich über seine kleinen „Mitbewohner“, schon mal Gedanken gemacht und überlegt, ob er die überhaupt braucht? Warum muss man auf Sauberkeit achten, wenn sowieso so viele Bakterien auf jedem herumhüpfen? Darüber und noch vieles mehr unterhielten sich die Kinder der Klasse 2 mit Frau Weidt, die als Ärztin das Gesundheitsprojekt der Schule unterstützt. An zwei Vormittagen wurde erzählt, gefragt, gemalt, gebastelt und gelehrt, was Hygiene ist.

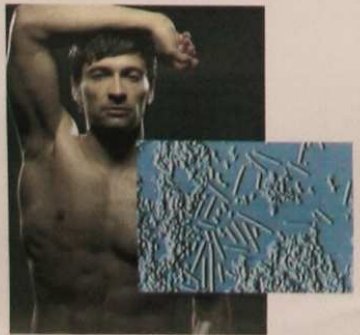


## Bakterien

## Bakterien

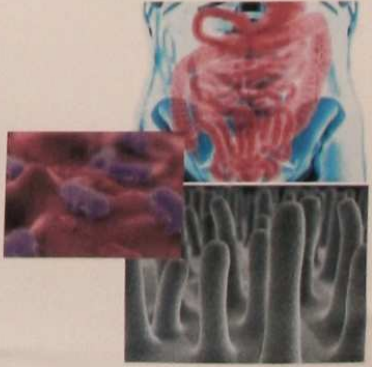
Bakterien auf der Haut

Bakterien im Haar



Bakterien im Mund

Bakterien im Darm



# Gesund macht Schule

**Gesund macht Schule**  
Das Projekt **Gesund macht Schule** ist ein Gesundheitsförderungs- und Gesundheitsbildungsprojekt in der Grundschule, das von den Ärztekammern Nordrhein und Hamburg und der AOK Rheinland/Hamburg initiiert wird. Es fördert die Zusammenarbeit von Schule, Schülern, Eltern, Ärzten und Gesundheitsdiensten im Bereich der Kindergesundheit. Durch die Zusammenarbeit sollen alle Beteiligten im Lebensumfeld Schule für gesundheitsfördernde Verhaltensweisen aufmerksam gemacht und zu gesundheitsförderlichen Aktivitäten motiviert werden.

**Gründe für Gesund macht Schule**  
Schulgesundheitsuntersuchungen zeigen, dass viele Kinder heute an so genannten chronischen und psychosomatischen Erkrankungen leiden, wie:  
 → Allergische Reaktionen,  
 → Schwächung des Immunsystems,  
 → Schwächung der psychischen Stabilität,  
 → Übergewicht,  
 → Essstörungen,  
 → Teilleistungsstörungen,  
 → Erkrankungen des Skeletts.  
 Einige dieser Erkrankungen können durch vorbeugende Maßnahmen gemindert oder gar vermieden werden. Das Programm **Gesund macht Schule** will dazu beitragen, Schule und Eltern in die Lage zu versetzen, zum Wohle der Kinder aktiv zu werden.

**Die Ziele von Gesund macht Schule**  
Im Rahmen dieser Aktivitäten geht es zum Beispiel um:  
 → die Förderung eines gesundheitsbewussten Ernährungs- und Bewegungsverhaltens in Schule, Elternhaus und Freizeit,  
 → die Stärkung der kindlichen Persönlichkeitsentwicklung,  
 → den Aufbau einer gesundheitsförderlichen Lern- und Arbeitsatmosphäre,  
 → eine von Patenärztinnen und -ärzten gestützte Gestaltung von gesundheitsförderlichem Unterricht und Elternarbeit,  
 → eine gesundheitsförderliche Gestaltung von Schule und Umgebung durch alle Mitglieder der Schulgemeinschaft,  
 → die Öffnung der Schule zu Gesundheitspartnern und Gesundheitsdiensten in der Gemeinde.

Alle interessierten Grundschulen und Elternvereine im Rheinland und in Hamburg sind eingeladen, an diesem Projekt teilzunehmen. Die teilnehmenden Schulen erhalten ein Unterstützungskonzept und Materialien zur Umsetzung der folgenden Gesundheitsthemen:  
 - Der menschliche Körper/ Beim Arzt  
 - Essen und Ernährung  
 - Bewegung und Entspannung  
 - Sexualerziehung  
 - Suchtprävention

Ausführliche Informationen zum Projekt erhalten Sie unter:  
[www.gesund-macht-schule.de](http://www.gesund-macht-schule.de)

Schulen und Eltern, die an dem Projekt teilnehmen möchten, können sich an die **Ärztammer Nordrhein Kooperationsstelle für Ärzte und Lehrer** Teststeegenstr. 9 40474 Düsseldorf  
 Telefon: 0211/4302-2030  
 E-Mail: [sabine.schindler-marlow@arkn.de](mailto:sabine.schindler-marlow@arkn.de) wenden.

Ärztammer Nordrhein | ARZTEKAMMER HAMBURG | AOK



## HÄNDE - HYGIENE

Im Dezember 2011 besuchte Frau Weidt die 1.Klasse.

Sie ist Ärztin und betreut zunächst zwei Jahre die Schule als Patenärztin im Rahmen des Projektes „Gesund macht Schule“. Dieses Projekt der AOK und der Ärztekammer Sachsen-Anhalt fördert die Gesundheitsbildung in der Grundschule.

In diesem Schuljahr ist der Schwerpunkt „Ernährung“ das zentrale Thema in unserer Schule.

Dass saubere Hände beim Essen und bei der Zubereitung der Speisen und auch bei der Verhütung von Krankheiten wichtig sind, sollte Thema der zwei Projektstage sein. Über das WIESO, also über Schmutz, Bakterien, Viren und andere Krankheitserreger, wussten die Kinder bereits eine ganze Menge.

Das WIE, nämlich richtiges Händewaschen, will gelernt sein, genauso wie Lesen, Schreiben und Rechnen. Und mit Anschauung und Übung wusste jeder, wie es geht und worauf es beim Waschen ankommt.



## Bakterien auf der Haut



**Nicht vergessen!** Viren und Bakterien sind so klein, dass man sie nicht mit der Lupe sieht. Manche von ihnen machen Krätze. Sie sind immer im Spiel, wenn du Schmutzhaare oder auf den Händen anderer Leute. Aber keine Angst, du kannst ihnen den Weg abstrahlen und sie dir vom Hals halten. Pass sie nicht mit den Händen ins Gesicht und wusch sie häufiger ab.

- Immer vor dem Essen.
- Immer nach dem Klo.
- Immer, wenn du vom Draußen kommst.
- Immer, wenn du dir die Nase geputzt hast.
- Immer, wenn du ein Tier gestreichelt hast.



## Gut und Böse



### SEIFE

Von Robert Gernhardt

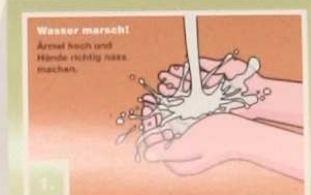
Wasser ist zum Waschen da.  
Doch was sollen Seifen?  
Wer nicht ganz vernünftig ist,  
wird das rasch begreifen:

Seife ist handlich,  
Seife riecht gut,  
Nur Katzen meinen,  
dass sie's nicht tut.

Seife ist eckig,  
Seife wird rund,  
Ein Mensch ohne Seife  
kommt auf den Hund.

Seife braucht Wasser,  
Seife ist glatt,  
Schlecht dran, wer drauftritt,  
gut, wer sie hat.

Seife will schäumen,  
Seife macht rein,  
Wer sich nicht einseift,  
endet als Schwe...r zu ertragender  
Zeitgenosse.



## Nachweis von Bakterienkulturen



## kmachende Erreger im Magen und Darm

## Angina - Mandelentzündung



## Schnupfen



## Bauchschmerzen



## Durchfall



## Karies

