

Gesundheitsförderung im Schulalltag

«gesund und zwäg i de schuel». Seit eineinhalb Jahren verfolgt die Heilpädagogische Schule Wettingen Gesundheitsförderung systematischer. Der Beitritt zum Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen Aargau wird nun geprüft.

«Gesundheit ist ein sehr aktuelles Thema», ist Nicole Merkli überzeugt. Die Co-Schulleiterin der Heilpädagogischen Schule Wettingen nimmt Begriffe wie Work-Life-Balance, Burn-out, BGM und Achtsamkeit als allgegenwärtig wahr und hat sich vertieft damit beschäftigt. «Die Mitarbeitenden sind unsere wichtigste Ressource, die Personalkosten machen 80–90 Prozent unseres Aufwandes aus», betont sie. Aus diesem Grund wollte sie die Gesundheit der Mitarbeitenden genauer anschauen und zum Thema machen.

Gesundheit ist ein Grundthema

Gesundheit geht aber nicht nur die Mitarbeitenden an, sondern auch die Schülerinnen und Schüler. An einer Heilpädagogischen Schule sind sie besonders verletzlich. Anliegen wie wertschätzende und ressourcenorientierte Begleitung, Nähe und Distanz im Schulalltag, das Zurechtfinden in der sozialen Gemeinschaft oder die körperliche Entwicklung lassen sich nicht wegdenken. Nicole Merkli weist darüber hinaus auf weitere Massnahmen hin. Nicht nur die gesunde Verpflegung der Schulküche und das «Frühfit», zu dem sich Kinder und Erwachsene täglich um 9.30 Uhr treffen, zählt sie zur Gesundheitsförderung. Auch den Hühnern, die von den Kindern mitversorgt werden, gibt sie diese Bedeutung. Weiter hat sich die Schule damit beschäftigt, wie der Medienkonsum auf das Erleben und die Entwicklung der Kinder wirkt. Und mit Elternkaffees versucht die HPS Wettingen, die Erziehungsberechtigten in der Begleitung ihrer Kinder zu stärken und das Vertrauen zwischen Eltern und der Schule zu fördern.

Offenes Ohr für die Mitarbeitenden

«Wie bleibt aber auch das Personal gesund?» Nicole Merkli hat dazu klare Vorstellungen: Die Schulleitung begegnet



Gesundheitsförderung im pädagogischen Alltag: Im Innenhof der HPS Wettingen kommen Schülerinnen und Schüler mit Hühnern in Kontakt. Foto: Archiv HPS Wettingen.

den Mitarbeitenden wertschätzend, nimmt ihre Anliegen auf und pflegt eine Politik der offenen Tür. Sie spricht Mitarbeitende direkt auf ihr Befinden an und thematisiert Belastungen und Ressourcen in den Personalgesprächen. So kamen schon zahlreiche Vorschläge zusammen, zum Beispiel zu Personalressourcen, Pausenräumen und dem Pausenplatz, zur Lärmdämmung im Gebäude oder zu Weiterbildungsmöglichkeiten. Nun werden diese Anliegen priorisiert und in die Planung der nächsten Jahre aufgenommen.

Gesundheitsförderung im Schulalltag leben

Auch wenn der regelmässige Austausch zu Gesundheitsthemen das Bewusstsein bei Schulleitung, Mitarbeitenden, Eltern sowie den Schülerinnen und Schülern gestärkt hat: Nicole Merkli will noch weitergehen und bei jedem Prozess und Entscheid bedenken, wie diese sich auf die Gesundheit aller Beteiligten auswirken. Auch eine klare und allen vertraute Kommunikationskultur sowie ein stärkerer Einbezug der Mitarbeitenden sollen dazu beitragen, Gesundheitsförderung im Alltag zu leben. «Das Arbeitsgeschehen soll als durchschaubar, beeinflussbar und

sinnhaft erlebt werden», zeigt sich Nicole Merkli überzeugt. Diese salutogene Sichtweise ist ihr eine wichtige Orientierung und regt sie immer wieder an, über das Erreichte und mögliche weitere Schritte nachzudenken. Sie prüft nun auch einen Beitritt zum Kantonalen Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen. Vom Austausch mit anderen Schulen erhofft sie sich zusätzliche Orientierung, und die Mitgliedschaft soll den Mitarbeitenden einmal mehr signalisieren, wie ernst die Gesundheit an der HPS Wettingen genommen wird.

Caroline Witschard, Beratungsstelle
Gesundheitsbildung und Prävention, Kantonales
Programm Gesundheitsfördernder Schulen

Weitere Informationen zum Kantonalen
Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen:
www.gesundeschule-ag.ch