



40



50

LEARN chancen

87/88/2012

Moderation:
Meltem
Avci-Werning



4 **Gesunder Lernraum Schule** Einleitung MELTEM AVCI-WERNING

HINTERGRUND GESUNDHEIT

8 **Gesundheit macht Schule** Wohlbefinden und Bildung PETER PAULUS

12 **Schüler- und Lehrgesundheit** Eine Betrachtung in zehn Thesen KLAUS HURRELMANN

20 **Wie gesund ist meine Schule?** Diagnose der Qualität von Bildungseinrichtungen WOLFGANG SETTERTOBULTE

25 **Zwischen Selbstmanagement und Wertschätzung** Wie Lehrkräfte ihre Gesundheit erhalten können HELMUT HEYSE

28 **Gesundes Lehren** Belastung durch die Form des Unterrichtens abbauen MICHAEL WILDT

PRAXIS GESUNDHEIT

32 **Den Arbeitsplatz im Blick** Konzept einer gesundheitsförderlichen Schule BARBARA KUBESCH



92

- 37 Lebensraum zum Wohlfühlen**
Mit psychischer Gesundheit Ganztagschule entwickeln
CORDULA BESTVATER
- 40 Wie gesunde Schule gelingen kann**
Erfahrungen aus einer DAK-Initiative
SILKE RUPPRECHT, KATRIN SCHWARZENBERG, HELLA THOMAS
- 44 Psychische Gesundheit entwickeln**
Mit MindMatters inklusiv den Übergang gestalten
MAIK SLOTSCH-KEMPER, BIRGIT NIESKENS
- 50 Emotionale Kompetenzen als Gesundheitsfaktor**
Übungen für Schülerinnen und Schüler einsetzen
MARCUS ECKERT, BERNHARD SIELAND
- 55 Gesunde Bewegung in der Schule**
Wenn nicht hier, wo sonst?
BIRGIT WALLMANN, FABIENNE FRICK, INGO FROBÖSE
- 62 Gute Luft bei Wind und Wetter**
Verbesserung des Klassenklimas
GERTRUD PLASSE
- 75 Mehrbelastung durch Inklusion?**
Eine neue schulische Herausforderung
aus salutogener Sicht
SASKIA ERBRING
- 82 Die Haltung der Achtsamkeit**
Bewältigungsstrategien für den Schulalltag
VERA KALTWASSER
- 87 Gut erholt ist fast gesund**
Aktiv werden gegen Erschöpfung und Stress
DIRK LEHR, HANNE THIART, ELENA HEBER



100

- 92 Mit Ritualen zur Ruhe**
Mit MindMatters inklusiv den Übergang gestalten
ANNE KATRIN MATYSSEK
- 96 Mit der Schulverpflegung zu einer gesunden Kinderernährung**
Ergebnisse einer Erhebung in NRW
KERSTIN CLAUSEN
- 100 Mensa als Wohlfühlort**
Was beeinflusst die Akzeptanz des Essens in der Schule?
VANESSA ALBRECHT, MILAN HOLLINGSHAUS

MAGAZIN

- 103** AKTUELLES
- 104** KOLUMNE
Von 0 auf 100 in sechs Jahren
MICHAEL WILDT
- 105** IMPRESSUM/AUTORINNEN UND AUTOREN/VORSCHAU



Kostenlose Downloads zu dem Artikel auf S. 8 ff., finden Sie unter www.lernchancen.de zu dieser Ausgabe.