



Sehr geehrte Eltern,

die Schule Ihres Kindes hat sich entschieden am dreijährigen Projekt

„GET- Gesunde Entscheidungen treffen“

teilzunehmen.

Für die nächsten drei Jahre haben wir uns zum Ziel gesetzt, ganz bewusst darauf zu achten, dass sich die Gesundheitskompetenz Ihres Kindes verbessert.

Was ist Gesundheitskompetenz und wozu braucht man sie?

Gesundheitskompetenz macht es möglich, **Entscheidungen zu treffen, die sich positiv auf die Gesundheit auswirken**. Nach den drei Jahren soll Ihr Kind in der Lage sein:

- gute, verständliche Informationen zu finden
- kritisch nachzufragen, wenn etwas nicht verstanden wird oder Zweifel besteht
- zu wissen, was sich positiv auf die Gesundheit auswirkt
- andere dabei zu unterstützen, gesund zu bleiben (z.B. erste Hilfe leisten, Anlaufstellen empfehlen)
- bei Beschwerden Unterstützung (z.B. Hausarzt, Ambulanz, Apotheke, Krankenhaus, Beratungsstellen...) aufzusuchen

Ihre Kinder erhalten **gezielten Unterricht**, der die **Gesundheitskompetenz verbessern soll**. Dafür stehen den Lehrkräften Materialien und Unterrichtsmethoden (Bücher, Spiele, Literatur), den Schülern Arbeits- und Infoblätter zur Verfügung. Spezielle Themenmonate helfen dabei, sich zu orientieren und Schwerpunkte zu setzen.

Folgende Themen werden mit Ihren Kindern bearbeitet:

- Bewegung
- Ernährung
- Gewalt
- Gesundheit und Krankheit
- Klima und Nachhaltigkeit
- Psychosoziale Gesundheit
- Rausch und Risiko
- Suchtmittel
- Liebe und Sexualität
- Medien



Auch Eltern haben die Möglichkeit sich zu informieren. Zu bestimmten Themen gibt es ausreichend Online-Infomaterial:

Erziehung & Beziehung

https://www.feel-ok.at/de_AT/eltern/themen/erziehung_beziehung/erziehung_und_beziehung.cfm

Psychische Belastungen

https://www.feel-ok.at/de_AT/eltern/themen/psychische_stoerungen/psychische_stoerungen.cfm

Onlinesucht

https://www.feel-ok.at/de_AT/eltern/themen/onlinesucht/onlinesucht.cfm

Wir freuen uns auf viele **schöne, gemeinsame Erfahrungen** und darauf, Ihre Kinder (gemeinsam mit Ihnen!) dabei zu unterstützen, **Neues zu erlernen** und **zu erleben, um gesundheitskompetent zu werden!**