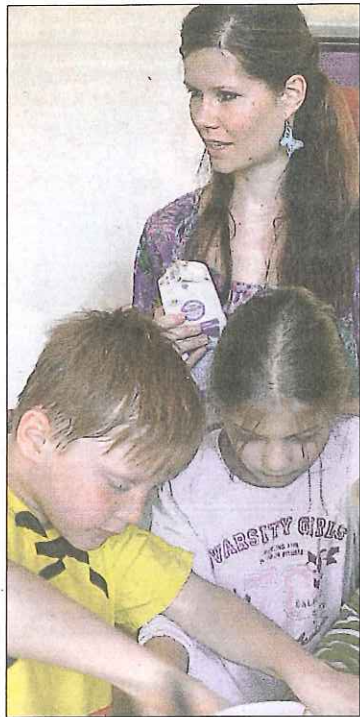




Verena Wartmann beim Zubereiten von frischen gesunden Speisen mit den Schülern der Allgemeinen Sonderschule. Ein Teil der Workshops. Foto: Privat

Jugend im Fokus

Gesundheit | Schüler wurden mit Workshops und Fragebögen zu ihrer Gesundheit befragt. Stress ist eines der Hauptprobleme der Jugend.

Von Jakob Heinrichsberger

KLOSTERNEUBURG | Unter dem Motto „Gesundheit erleben - ein Leben lang“ (G.E.E.L.L.) wurde von der Österreichischen Akademie für Präventivmedizin und Gesundheitskommunikation ein Blick auf die Klosterneuburger Jugend geworfen. Im Schuljahr 2012/2013 gab es in 8. Klassen der beiden Neuen Mittelschulen, des Gymnasiums, der HBLA für Wein- und Obstbau und der Allgemeinen Sonderschule sowie 3. Klassen der Volksschule Hermannstraße Workshops zum Thema Gesundheit. Um Gesundheitsangebote zu entwickeln, die an die Bedürfnisse, Wünsche und Motive der Kinder und Jugendli-

chen angepasst sind, wurden in der ersten Projekthälfte von September bis Dezember 2012 Daten zum Gesundheitszustand, -verhalten, den Voraussetzungen in den Schulen sowie den Motiven der Schüler (Ergebnisse siehe Infobox) erhoben.

Auch Erwachsene wurden mit einbezogen

Neben den Kindern und Jugendlichen wurde auch das familiäre und schulische Umfeld einbezogen. In Coachings, Vorträgen und Workshops erfuhren Eltern und Lehrer, wie sie Ressourcen und Kompetenzen der Kinder und Jugendlichen adäquat fördern und eine gesunde Basis für ihr Heranwachsen

schaffen können. Die Mittel für das Projekt stammen vom Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) und der Initiative „Tut gut!“ des Landes Niederösterreich. Projektleiterin Barbara Strassnig: „Wenn es nur um den Körperumfang geht, haben wir in Klosterneuburg kein großes Problem. Beim Stress allerdings schaut das schon ganz anders aus. Wir hoffen, das Projekt im nächsten Jahr weiterführen zu können.“

Im Sinne der Nachhaltigkeit und der bisher gesammelten Erfahrungen wäre es klug, das Projekt auch im nächsten (Schul-) Jahr fortzuführen. Dabei soll der Fokus vermehrt auf den Lehrern liegen, um an Verbesserungen zu arbeiten.

Ergebnisse

Im Rahmen des Projekts wurden alle SchülerInnen ab der 5. Schulstufe (NMS, BG/BRG & HBLA) zu ihrem Gesundheitszustand und ihrem Verhalten befragt. 72 Prozent der Jugendlichen geben an, dass ihre Gesundheit ausgezeichnet ist.

○ Gewicht & Essgewohnheiten
Nur 10 Prozent der Jugendlichen sind übergewichtig, dies entspricht den Normvorgaben. Obwohl das Gewicht insgesamt als normal zu bezeichnen ist, haben bereits 27 Prozent eine Diät gemacht und 23 Prozent finden sich zu dick. 54 Prozent essen täglich Obst, 43 Prozent täglich Gemüse. 20 Prozent essen täglich Süßigkeiten und Chips.

○ Bewegung
Die Schüler bewegen sich durchschnittlich an 4,5 Tagen in der Woche. Betrachtet man die WHO-Empfehlung von mindestens einer Stunde Bewegung am Tag, trifft dies für 49 Prozent im Volksschulalter zu. Bei den Älteren (circa 9 bis 20 Jahre) trifft diese Empfehlung nur noch bei 24 Prozent zu.

○ Psychosomatisches Befinden
Das Befinden der Jugendlichen ist verbesserungswürdig. Mindestens mehrmals pro Woche leiden 30 Prozent unter Erschöpfung, 16 Prozent unter Konzentrationsproblemen und 16 Prozent der Jugendlichen unter Kopfwahl. Außerdem fühlen sich 21 Prozent der Jugendlichen mindestens mehrmals pro Woche niedergeschlagen und 17 Prozent oft alleine.

○ Risikoverhalten
Bereits 8 Prozent der 14-jährigen Schüler rauchen zumindest selten, bei den 16-Jährigen liegt der Prozentsatz bereits bei 33 Prozent und bei 38 Prozent bei den 18-jährigen Schülern.

15 Prozent aller Schüler in Klosterneuburg trinken zumindest am Wochenende Alkohol, 69 Prozent der 17-jährigen Jugendlichen trinken regelmäßig Alkohol.

12 Prozent der Schüler werden regelmäßig schikaniert (zumindest zwei bis drei Mal im Monat), 10 Prozent der Schüler schikanieren regelmäßig.

Pilgern nach Mariazell

AUSZEIT | Mariazell, der bekannteste Pilgerort Österreichs, wird jährlich von tausenden Pilgern besucht.



Pilgern Sie mit! Foto: weinfranz.at

VIA SACRA | Es gibt viele Gründe für eine Pilgerreise: Manche suchen die Nähe zum Göttlichen oder einen neuen Zugang zum Glauben. Andere die Schönheit der Natur, das einfache Leben, die Langsamkeit.

Zu bestimmten Terminen finden geführte Pilgerwande-

rungen zu unterschiedlichen Themen statt. Die Angebote wurden für jene geschnürt, die sich lieber in der Gruppe auf den Weg machen. Die aktuellen Termine im Herbst 2013:

Fastenpilgern: Do, 19. bis Sa, 28.9., ab 980,- Euro pro Person.

Genusspilgern für die Seele: Do, 26. bis So, 29.9., ab 469,- Euro pro Person.

Fraulenzen: Di, 1. bis Fr, 4.10., ab 359,- Euro pro Person.

„Nicht mehr... und noch nicht“: Do, 10. bis Sa, 12.10., ab 210,- Euro pro Person.

Auf den Spuren der großen Philosophen: Do, 17. bis So, 20.10., ab 439,- Euro pro Person.

Informationen und Buchungen: Mostviertel Tourismus GmbH,

☎ 07416 / 521 91, Fax 530 87
info@viasacra.at

www.viasacra.at

Werbung



Europäischer Landwirtschaftsfonds
für die Entwicklung des ländlichen
Raumes: Hier investiert Europa in
die ländlichen Gebiete.

