

## Liebe Lehrerinnen und Lehrer, liebe Schulleiterinnen und Schulleiter,

Bildung und Gesundheitskompetenz sind grundlegende Voraussetzungen für Gesundheit und Wohlbefinden (WHO). Wie eine aktuelle Studie<sup>1</sup> der Universität Bielefeld zeigt, weist jedoch über die Hälfte der deutschen Bevölkerung eine eingeschränkte Gesundheitskompetenz auf. Dies bleibt nicht ohne Folgen: Menschen mit einer geringen Gesundheitskompetenz nehmen seltener präventive Angebote in Anspruch, greifen häufiger auf Notfallversorgung zurück und sind weniger fähig, Medikamente korrekt einzunehmen.

Da sich das Gesundheitsverhalten im Kindes- und Jugendalter auf die Gesundheit als Erwachsene auswirkt, spielt die gesundheitliche Bildung eine wesentliche Rolle. Das kostenlose Medienpaket „Pausenlos gesund“ soll helfen Jugendliche für gesundheitsbezogene Themen zu begeistern und ihre Gesundheitskompetenz zu stärken.

### Zielgruppe:

Das Medienpaket richtet sich an Lehrerinnen und Lehrer der Sekundarstufe I.

### Jedes Thema beinhaltet:

- Informationen zum Einsatz der Arbeitsmaterialien und didaktische Hinweise (Fächeranbindung, Lernziele, Stundengestaltung)
- Lehrplanrelevante Arbeitsblätter für den Unterricht
- Vorschläge und Anregungen für die Projektarbeit, einzelne Projekttag und eine Projektwoche

<sup>1</sup> Schaeffer, Doris et al: Gesundheitskompetenz der Bevölkerung in Deutschland, Universität Bielefeld 2016.

## Neugierig geworden?

Senden Sie den ausgefüllten Abschnitt an untenstehende Anschrift oder einfach eine E-Mail mit Ihren vollständigen Kontaktdaten an: [info@pausenlos-gesund.de](mailto:info@pausenlos-gesund.de)

- Ja**, ich möchte das kostenlose Medienpaket „Pausenlos gesund“ für die Schule bestellen. Die Zustellung erfolgt automatisch.

\_\_\_\_\_  
Schule:

\_\_\_\_\_  
Ansprechpartner/Ansprechpartnerin:

\_\_\_\_\_  
Straße:

\_\_\_\_\_  
PLZ, Ort:

\_\_\_\_\_  
E-Mail-Adresse:

\_\_\_\_\_  
Unterschrift, Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Schulstempel

Stiftung Gesundheitswissen  
„Pausenlos gesund“  
Friedrichstr. 134, 10117 Berlin  
[info@pausenlos-gesund.de](mailto:info@pausenlos-gesund.de)  
T +49 30 4195492-0

Unterrichts- und  
Projektmaterialien  
zur Förderung der  
Gesundheitskompetenz

# Pausenlos gesund

Gesundheitsbildung in der Sekundarstufe I

- entwickelt von Schulpraktikern
- einsetzbar an allgemeinbildenden Schulen
- für die Sekundarstufe I

 STIFTUNG  
GESUNDHEITS  
WISSEN

# Pausenlos gesund Gesundheitsbildung in der Schule

## Bausteine des Medienpakets

- Unterrichtsordner mit Lehrerinformationen, Materialien für Unterricht und Projektarbeit
- Multimediales Brettspiel mit Wissensfragen inklusive Spielbrett
- Poster
- Erklärvideos
- Utensilien für die Projektwoche (Zertifikat, Stempel)
- Die Wissensfragen zum Spiel sowie alle anderen Materialien stehen zusätzlich digital auf [www.pausenlos-gesund.de](http://www.pausenlos-gesund.de) zur Verfügung.

### Über die Stiftung Gesundheitswissen

Die gemeinnützige, operative Stiftung Gesundheitswissen will die Kompetenz von Menschen in Deutschland im Hinblick auf Gesundheit und Prävention stärken sowie die Informationsasymmetrien zwischen Arzt und Patient abbauen. Dazu wird sie u.a. laienverständliche Gesundheitsinformationen auf Grundlage aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse erstellen, Präventionsmöglichkeiten sowie Behandlungsalternativen aufzeigen und das Gesundheitswissen im Allgemeinen fördern.

[www.stiftung-gesundheitswissen.de](http://www.stiftung-gesundheitswissen.de)

## Themen des Medienpakets

### Das Versorgungssystem klug nutzen

Strukturen des Versorgungssystems kennen lernen und richtig nutzen.



### Gute Informationen suchen, finden und bewerten

Medienkompetenzen erwerben und für falsche oder interessensgeleitete Gesundheitsinformationen sensibilisieren.



### Mit dem Arzt kommunizieren

Sich an gesundheitsrelevanten Entscheidungen selbstbestimmt beteiligen.



### Arzneimittel richtig anwenden

Grundlegende Verhaltensregeln für die Einnahme von Medikamenten beherrschen.



### Infektionsschutz und Hygiene

Grundlegende Kenntnisse über Infektionsschutz und Hygienemaßnahmen erwerben.



### Meine Rechte als Patientin bzw. Patient

Grundlegende Kenntnisse zu Patientenrechten erwerben.



### Wie funktioniert unser Gesundheitssystem?

Mechanismen des Gesundheitswesens kennen lernen.



### Die Schulsprechstunde mit Ärzten

Gesundheitskompetenz aus der Praxis vermittelt.

