

# Jugendgesundheitswoche 2010

Montag, 13. September – Freitag, 17. September  
- Handlungsfelder und Programmpunkte -

## 1 Gesünder leben lernen in der Schulgemeinschaft

### 1.1 Ernährung

Aktionswoche „Gesunde Frische schmeckst Du!“

- Montag – Freitag: Menüs aus der WokPfanne (LMS-Mensa, Menke-Menü)

Thementag „Kluge Köpfe brauchen Vitamine“

- Dienstag: Obst und Gemüse  
Pausenverpflegung des Landfrauenvereins Stickgras/Stuhr)  
Kochstudio im NoMoor: Rohkost mit Dips
- Donnerstag: Milch und Milchprodukte  
Pausenverpflegung des Landfrauenvereins Stickgras/Stuhr)

### 1.2 Bewegung

Pausensport

- Montag-Freitag: Kleinfeldtennis (Große Pausen, Mittagspause)

Freizeitsport

- Montag: Tischtennis, Basketball (Ganztags schulangebote)
- Dienstag: Tischtennis, Badminton (Ganztags schulangebote)

### 1.3 Ruhe - Erholung - Konzentration

LesePausen

- Montag – Freitag: Öffnung der LeseOase während der großen Pausen und der Mittagspause (LeseOase-Team der SV)

Mit ruhigem Atem

- Montag: Schnupperkurs Bogenschießen. (NoMoor, Anmeldung im NoMoor erforderlich.)

Chillen in der Mittagspause

- Dienstag: Chillen im NoMoor für Schülerinnen und Schüler der Schuljahrgänge 5-7

Schach spielen

- Donnerstag: Schach (Ganztags schulangebot)

## 2 Risikoversorgung und Gefahrenabwehr durch Aufklärung

### 2.1 Suchtprävention

Thementag „Gegen das Rauchen“

- Montag: Projekttag für die Schülerinnen und Schüler des Schuljahrgangs 7

### 2.2 Gewaltprävention

Thementag „KO-Tropfen“

- Dienstag: „Lass Dich nicht KO-Tropfen!“.  
Vortrag für die Schülerinnen und Schüler der Schuljahrgänge 9 und 10,  
Ausstellungseröffnung und Galeriegang (Bremer Verein „Notruf e.V.“,  
Gleichstellungsbeauftragte der Gemeinde Stuhr).

# Jugendgesundheitswoche 2010

**Montag, 13. September – Freitag, 17. September**  
**- Schul- und Unterrichtsorganisation -**

Montag, 13.09.2010

- 08.45 – 13.20 Uhr: Projekttag „Gegen das Rauchen“. Beteiligt sind alle Klassen des Schuljahrgangs 7. Ansprechpartner: Herr Mehrwald., FBL Naturwissenschaften.
- In den beiden großen Pausen: Kleinfeldtennis für die Klassen 5-7 auf dem Innenhof. Leitung: Herr Arnold.

**Dienstag, 14.09.2010**

- 08.45 Uhr: Vortrag zum Thema „KO-Tropfen“. Infoveranstaltung zur Gewaltprävention für alle Klassen des 9. Jahrgangs im Forum. Die Fachlehrer begleiten ihre Klassen. Ansprechpartner: Herr Fittkau.
- Im Rahmen des Vortrags: Eröffnung der Ausstellung „Lass Dich nicht KO-Tropfen!“
- 9.55 Uhr: Vortrag zum Thema „KO-Tropfen“. Infoveranstaltung zur Gewaltprävention für alle Klassen des 10. Jahrgangs im Forum. Die Fachlehrer begleiten ihre Klassen. Ansprechpartner: Herr Fittkau.
- Ab Dienstag Gelegenheit zum Besuch der Ausstellung „Lass Dich nicht KO-Tropfen!“ (Dauerausstellung, voraussichtlich bis zu den Herbstferien).
- In den beiden großen Pausen: Kleinfeldtennis für die Klassen 5-7 auf dem Innenhof. Leitung: Herr Arnold.
- In den beiden großen Pausen: Pausenverpflegung mit Obst und Gemüse. Veranstalter: Landfrauenverein Stickgras/Stuhr. Ansprechpartner: Frau Göde, Herr Fittkau

**Mittwoch, 15.09.2010**

- In den beiden großen Pausen: Kleinfeldtennis für die Klassen 5-7 auf dem Innenhof. Leitung: Herr Arnold.

**Donnerstag, 16.09.2010**

- In den beiden großen Pausen: Pausenverpflegung mit Obst und Gemüse. Veranstalter: Landfrauenverein Stickgras/Stuhr. Ansprechpartner: Frau Göde, Herr Fittkau
- In den beiden großen Pausen: Kleinfeldtennis für die Klassen 5-7 auf dem Innenhof. Leitung: Herr Arnold.

**Freitag, 17.09.2010**

- In den beiden großen Pausen: Kleinfeldtennis für die Klassen 5-7 auf dem Innenhof. Leitung: Herr Arnold.

**Speiseplan während der Jugendgesundheitswoche**

- Während der Jugendgesundheitswoche gibt es einen besonderen Speiseplan. Motto: **Gesunde Frische schmeckst Du!**
- Die Firma Menke-Menü stellt uns für die Jugendgesundheitswoche wieder einen Koch für die Frischzubereitung der Warmspeisen zur Verfügung (WokPfanne).

Moordeich, 06. September 2010

gez.

Josef Fittkau