



# **TÄTIGKEITSBERICHT PLATTFORM PRÄVENTION SCHULJAHR 2019/2020**

## DIE PLATTFORM PRÄVENTION KLAGENFURT

### Das Netzwerk für Prävention und Gesundheitsförderung in Klagenfurt

Die „Plattform Prävention“ ist ein Angebot der Abteilung Gesundheit, Jugend und Familie des Magistrats der Landeshauptstadt Klagenfurt am Wörthersee, in dessen Mittelpunkt ein Netzwerk mit mittlerweile mehr als 50 Einrichtungen, Vereinen und Organisationen mit über 80 präventiven und gesundheitsfördernden Angeboten steht. Die Angebote der Netzwerkpartnerinnen und Netzwerkpartner umfassen die verschiedensten Themenbereich der Prävention und Gesundheitsförderung wie beispielsweise Bewegung, Ernährung, Sucht, Mobbing, soziale Teilhabe oder Neue Medien und sind gesammelt in einem Katalog, sowie der Klagenfurt - Homepage nachzuschlagen und abrufbar. Dadurch haben vor allem Pädagoginnen und Pädagogen im Bereich der schulischen wie auch außerschulischen Kinder- und Jugendarbeit die Möglichkeit, sich einen Überblick über das umfassende Angebot im Bereich der Prävention und Gesundheitsförderung für

die Zielgruppe der 6 bis 18 Jährigen im Raum Klagenfurt zu verschaffen.

Neben dem Bereitstellen von Informationen für Pädagoginnen und Pädagogen ist es der Plattform Prävention ein wichtiges Anliegen, Informationen zu Angeboten wie auch Beratungs- und Unterstützungsmöglichkeiten Kindern und Jugendlichen zugänglich zu machen. Dazu wurde in diesem Schuljahr eigens eine handliche Broschüre für die Zielgruppe der zwölf bis achtzehn Jährigen erstellt.

Zudem möchte die Plattform Prävention Kinder und Jugendliche in Prozesse zur Mitgestaltung und aktiven Auseinandersetzung mit Themen der Prävention und Gesundheitsförderung einbeziehen. Ziel der Partizipation ist es, Kinder und Jugendliche dadurch besser zu erreichen; Ideen, Visionen und Bedürfnisse junger Menschen besser verstehen zu können und Prozesse eines gesunden Lebensstiles nachhaltig zu verankern.

Ein weiteres Ziel der Plattform Prävention ist es, Austausch und Vernetzung zwischen Fachkräften von Prävention und Gesundheitsförderung wie auch aus dem Bereich der schulischen und außerschulischen Kinder- und Jugendarbeit zu ermöglichen. Dadurch gelingt es einerseits Kooperationen zwischen verschiedenen Einrichtungen und Organisationen zu ermöglichen und so Synergien besser zu nutzen und andererseits kann dadurch eine fachliche Auseinandersetzung und bedarfsorientierte Weiterentwicklung mit den Themenbereichen ermöglicht werden.

Die beiden zuständigen Stadträte Gesundheitsreferent Mag. Franz Petritz und Jugendreferent Markus Geiger unterstützen die Angebote und Maßnahmen der Plattform Prävention und stellen die nötigen Rahmenbedingungen zur Verfügung, um die wertvolle Arbeit der Prävention in Zukunft noch besser zu vernetzen und durchführen zu können.

---

#### Impressum

**Herausgeber:** Magistrat der Landeshauptstadt Klagenfurt am Wörthersee, Abteilung Gesundheit, Jugend und Familie; Bahnhofstraße 35, 9010 Klagenfurt am Wörthersee; **Fotos:** StadtPresse; Bigstock; facebook-Seite der Landeshauptstadt Klagenfurt; PHK/Greßl; StadtPresse/Fritz; GTS VS14; GTS NMS Wölfnitz; Bildungsdirektion für Kärnten; aidsHilfe Kärnten; FH Kärnten; ÖGK Kärnten; Gesundheit, Jugend und Familie/Prävention; StadtPresse/H.Bauer; **Druck:** StadtDruckerei, Abt. StadtKommunikation, Neuer Platz 1, 9010 Klagenfurt am Wörthersee  
August 2020

## STEUERUNGSGRUPPE DER PLATTFORM PRÄVENTION

Die Steuerungsgruppe der Plattform Prävention besteht aus 15 Vertreterinnen und Vertretern unterschiedlichster Organisationen und Einrichtungen der Prävention, Gesundheitsförderung, Bildung und Wissenschaft in Klagenfurt am Wörthersee. Der Steuerungsgruppe obliegt sowohl die fachlich-inhaltliche

Ausrichtung der Plattform Prävention, wie auch die Qualitätssicherung hinsichtlich der Aufnahme neuer Netzwerkpartnerinnen und Netzwerkpartner und deren Angeboten in die Plattform Prävention.

Durch die Unterstützung bei der Weiterentwicklung der Plattform Präventi-

on durch die Mitglieder der Steuerungsgruppe, insbesondere auch aufgrund der multiprofessionelle Ausrichtung dieser, ist es möglich, die Angebote ständig anzupassen und eine hohe Qualität zu erreichen.

### Die Steuerungsgruppe ist folgendermaßen zusammengesetzt:

- Abteilung Bildung; Dienststelle Kindergärten/Horte/Pädagogik; Magistrat Klagenfurt am Wörthersee
- Abteilung Gesundheit, Jugend und Familie, Gruppe Soziale Dienste; Magistrat Klagenfurt am Wörthersee
- Abteilung Gesundheit, Jugend und Familie; Magistrat Klagenfurt am Wörthersee
- Alpen-Adria-Universität Klagenfurt; Zentrum für Friedensforschung und Friedenspädagogik
- Bildungsdirektion Kärnten
- Büro für Frauen, Chancengleichheit und Generationen; Magistrat Klagenfurt am Wörthersee
- Fachhochschule Kärnten - Studiengang für Gesundheit und Soziales
- Kärntner Elternverein
- Österreichische Gesundheitskasse Kärnten
- Kinder- und Jugendanwaltschaft des Landes Kärnten
- Landeschülervertretung Kärnten
- Mädchenzentrum Klagenfurt
- Pädagogische Hochschule Kärnten – Viktor Frankl Hochschule
- Schulpsychologie & Schulärztlicher Dienst; Bildungsdirektion Kärnten
- Stadtpolizeikommando Klagenfurt

Im Schuljahr 2019/20 fanden zwei Steuerungsgruppentreffen statt, um die Koordinatorin bei der strategisch-organisatorischen Planung der Plattform

Prävention zu unterstützen. Die Mitglieder der Steuerungsgruppe brachten ihr Expertenwissen auch in die fachlich-inhaltliche Ausrichtung ein und waren so-

mit bei der Weiterentwicklung der Plattform Prävention auch in diesem Schuljahr maßgeblich beteiligt.



Foto: StadtPresse

## Steuerungsgruppentreffen am 26. September 2019

Das erste Steuerungsgruppentreffen im Schuljahr 2019/2020 fand am 26. September 2019 statt. Neben Berichten und dem Austausch über die aktuellen Entwicklungen und geplanten Aktivitäten der Plattform Prävention stand in diesem Treffen auch die Aufnahme von neuen Projekten auf der Tagesordnung. Die Mitglieder der Steuerungsgruppe beschlossen, nach vorheriger Prüfung anhand der Qualitätskriterien der Plattform Prävention, folgende neue Workshopangebote des Vereins WIKI Kinderbetreuung aufzunehmen:

### SUCHTPRÄVENTIONSWORKSHOP „ES GRÜNT SO GRÜN“

#### WIKI Youth Point Fischl

**Zielgruppe:** Schülerinnen und Schüler von 12 bis 16 Jahre

**Inhalt:** Das Thema Cannabis und CBD ist brandaktuell und beschäftigt viele Jugendliche in ihrem Lebensalltag. Im Workshop kommt es zur interaktiven Auseinandersetzung und spielerischen Informationsvermittlung der Thematik sowie zur Sensibilisierung der TeilnehmerInnen für die Gefahren und Risiken des Konsums.

**Ziel(e):** Sensibilisierung der Jugendlichen, Wissensvermittlung, eigene Handlungsmuster erweitern

**Dauer:** 2 Stunden

**Methoden:** Vortrag, Diskussion, interaktiver Workshop, Austausch

**Kosten:** 2,- pro Teilnehmerin und Teilnehmer

### WORKSHOP ZUR SICHEREN NUTZUNG DIGITALER NETZWERKE MEIN DIGITALES ICH – WER BIN ICH IM NETZ???

#### WIKI Youth Point Welzenegg

**Zielgruppe:** Schülerinnen und Schüler ab 10 Jahren, die sich in sozialen Netzwerken wie Facebook, Instagram, Snapchat, Musically usw. bewegen.

**Inhalt:** Immer mehr persönliche Daten werden von Jugendlichen freiwillig ins Netz gestellt. Dabei wird oft nicht bedacht, welche Folgen das Posten von gewissen Inhalten haben kann. In diesem Workshop sollen sich die Jugendlichen kritisch mit ihrem eigenen Internetauftritt auseinandersetzen und anhand eines „Best Practice“ Beispiels einen einwandfreien Auftritt erlernen.

**Ziel(e):** Sensibilisierung der Jugendlichen, Wissensvermittlung, eigene Handlungsmuster erweitern

**Dauer:** 2 bis 4 Stunden (individuell nach Absprache)

**Methoden:** Vortrag, Diskussion, interaktiver Workshop, Austausch

## Steuerungsgruppentreffen am 26. Februar 2020

Am 26. Februar 2020 fand das zweite Steuerungsgruppentreffen der Plattform Prävention im Schuljahr 2019/2020 statt. Auf der Tagesordnung standen wieder Berichte zu aktuellen Entwicklungen innerhalb der Plattform und der Austausch darüber, aber auch die Planung der 3. Fachtagung der Plattform Prävention so wie die Entscheidung über die Neuaufnahme von Netzwerkpartnerinnen und Netzwerkpartnern und deren Angeboten.

Nach eingehender Prüfung der eingereichten Angebote anhand der Qualitätskriterien der Plattform Prävention wurde folgendes Projekt der SPORT-UNION Kärnten neu aufgenommen:

### UGOTCHI - Punkten mit Klasse

**Zielgruppe:** Schülerinnen und Schüler in Volksschulen im Alter von 6 bis 10 Jahren

**Inhalt:** Bewegungsübungen und Ernährung aktiv in den Alltag integrieren und Kinder auf spielerische Art und Weise damit bekannt machen.

**Ziel(e):** Bewegung nachhaltig im Leben der Kinder verankern, Förderung der Kinder unter Einbeziehung der Eltern und Lehrkräfte

**Dauer:** 4 Wochen im Rahmen des Unterrichts

**Methoden:** Unterrichtsmaterialien (Punktehefte, Übungen, Poster...) werden zur Verfügung gestellt. Aktive Durchführung der Übungen im Unterricht und zu Hause

**Kosten:** kostenlos



## NETZWERKPARTNERINNEN UND NETZWERKPARTNER DER PLATTFORM PRÄVENTION

Ein wichtiger Teil der Plattform Prävention sind die vielen Netzwerkpartnerinnen und Netzwerkpartner. Mittlerweile besteht das Netzwerk aus über 50 Organisationen, Vereinen und Einrichtungen aus den verschiedensten Bereichen der Prävention und Gesundheitsförderung.

Nur durch das vielfältige Angebot der Partnerinnen und Partner ist es möglich, die Angebote der Plattform Prävention zu planen, umzusetzen und weiterzuentwickeln.

Ein wichtiges Anliegen der Plattform Prävention ist es aber auch, Austausch und Vernetzung zwischen den unterschiedlichsten Organisationen, Einrichtungen und Vereinen im Bereich der Prävention und Gesundheitsförderung in



Foto: Bigstock

*Der Katalog der Plattform Prävention mit allen Netzwerkpartnerinnen und Netzwerkpartnern, abzurufen unter [www.klagenfurt.at](http://www.klagenfurt.at)*

der Landeshauptstadt Klagenfurt am Wörthersee zu ermöglichen. Diese Möglichkeit bieten beispielsweise die

Fachtagung oder die Fokusgruppen, aber auch spezielle Netzwerktreffen im Rahmen der Plattform Prävention.



Um den Nutzerinnen und Nutzern von Angeboten der Plattform Prävention wie auch den Netzwerkpartnerinnen und Netzwerkpartnern ein höchstmögliches Maß an Qualität zusichern zu können, wurden eigene Kriterien zur Prüfung der Angebote erarbeitet. Diese Qualitätskriterien müssen von den Or-

ganisationen, Einrichtungen und Vereinen vor Aufnahme ins Netzwerk ausgearbeitet und eingereicht werden. Erst nach erfolgter Prüfung durch das multiprofessionelle Team der Prävention der Abteilung Gesundheit, Jugend und Familie und Freigabe durch die Steuerungsgruppe ist eine Aufnahme ins

Netzwerk möglich. Auch neue Angebote von bereits bestehenden Netzwerkpartnerinnen und Netzwerkpartnern werden vor Aufnahme in den Katalog anhand der Kriterien geprüft.

Die Qualitätskriterien sind auf der Klagenfurt Homepage abrufbar.

## 2. FACHTAGUNG DER PLATTFORM PRÄVENTION

### „Bedeutung von Beziehung in Prävention und Gesundheitsförderung (Familie – peer group – schulische/außerschulische Kinder- und Jugendarbeit)“

Am 7. November 2019 fand an der Pädagogischen Hochschule Kärnten – Viktor Frankl Hochschule, die 2. Fachtagung der Plattform Prävention statt. In diesem Jahr widmeten sich

die Vortragenden der Bedeutung von Beziehungen in Prävention und Gesundheitsförderung im Kontext Familie, Kinder- und Jugendarbeit sowie der peer group.

Mag. Martin Sakrausky, Klinischer- und Gesundheitspsychologe und freiberuflicher Psychotherapeut in eigener Praxis, versuchte in seinem Vortrag eine Antwort auf die Frage „Familie 2019 – wichtiger denn je?!“ zu finden. Dabei betrachtete er Familienstrukturen, Rollenbilder und Erziehung im Wandel der Zeit und ging im Speziellen auf die Bedeutung des Vaters für die Familie und den Stellenwert einer sicheren Bindung als Basis eines gelingenden Familienalltags ein.



Foto: PHK/Greßl

Mag. Martin Sakrausky



Foto: PHK/Greßl

Assoc. Prof.<sup>in</sup> Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Agnes Turner, *Gesundheitsfördernde Beziehungen in der Schule erkennen, verstehen und mitgestalten*

In einem weiteren Vortrag bearbeitete die Professorin für Pädagogik und stellvertretende Institutsvorständin am Institut für Unterrichts- und Schulentwicklung der Alpen Adria Universität Klagenfurt Assoc. Prof.<sup>in</sup> Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Agnes Turner den Themenbereich der Gesundheitsfördernden Beziehungen in der Schule. In ihrem Beitrag ging sie auf die unterschiedlichen Beziehungsgeflechte im schulischen Alltag ein. Förderliche sowie gesunde Beziehungsinteraktionen wurden aus der Sicht der Mentalisierungstheorie besprochen und anhand einer Reihe praktischer Beispiele erläutert.

Dem Stellenwert von Beziehungen innerhalb der Gleichaltrigengruppe (peer group) widmete sich Prof.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Natalia Wächter in ihrem Vortrag. Die Professorin für Pädagogik mit dem Schwerpunkt Jugendforschung am Institut für Erziehungs- und Bildungswissenschaften an der Universität Graz berichtete über die zunehmende Bedeutung der peer group für die Entwicklung von Einstellungen und Verhaltensweisen. Besonders in jugendlichen Medienwelten üben Gleichaltrige als selbständige Produzentinnen und Produzenten von Medieninhalten eine starke Beeinflussung aus, was Chancen, aber auch Risiken mit sich bringt.



Foto: PHK/Greßl

Prof.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Natalia Wächter - *Selbstsozialisation in jugendlichen Medienwelten: Chancen und Risiken*

Als Rahmenprogramm präsentierte der Lernraum Sekundaria der Montessorischule de La Tour Sekundaria Auszüge aus ihrem selbst gestalteten Schulmusical „Wär ich doch groß“. Das Musical erzählt eine Geschichte über Ausgrenzung, Mob-

bing und Sucht und wie Freundschaft hilft. Das Ergebnis begeisterte die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Fachtagung gleichermaßen.



Auch diesmal hatte die Vernetzung wieder einen besonderen Stellenwert bei der Fachtagung der Plattform Prävention. Im Rahmen des Marktplatzes hatten die 200 Teilnehmenden die Möglichkeit, sich über die vielfältigen Ar-

beitsschwerpunkte, Handlungsfelder und Angebote der Netzwerkpartnerinnen und Netzwerkpartner der Plattform Prävention zu informieren und sich auszutauschen. Aber auch die Organisationen, Vereine und Einrichtungen,

die im Netzwerk der Plattform Prävention vertreten sind, hatten dadurch die Gelegenheit, sich untereinander kennen zu lernen, sich auszutauschen und mit Pädagoginnen und Pädagogen aus der Praxis ins Gespräch zu kommen.



## 2. Fachtagung der Plattform Prävention

v.l.n.r. Bildungsdirektor Mag. Dr. Robert Klinglmair; Rektorin. Prof.<sup>in</sup> Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Marlies Krainz-Dürr, Mag.<sup>a</sup> Barbara Schreier, Stadtrat Mag. Franz Petritz, Landesrätin Dr.<sup>in</sup> Beate Prettnner, Stadtphysika Dr.<sup>in</sup> Birgit Trattler, Stadtrat Markus Geiger, Mag. Erich Wappis



Zahlreiche TeilnehmerInnen nahmen diesmal wieder teil



Reger Austausch am Marktplatz der Fachtagung

## 19. KLAGENFURTER GESUNDHEITSPREIS

### Prävention und Gesundheitsförderung

Prävention und Gesundheitsförderung spielt für die Gesunderhaltung der Gesellschaft eine zentrale Rolle. Um sie im weiteren Lebensverlauf zu festigen, ist es ausschlaggebend, bereits in jungen Jahren mit gezielten Maßnahmen anzusetzen. Dazu braucht es nachhaltige und qualitativ hochwertige Initiativen und Angebote um Kindern und Jugendlichen den Zugang zum Gesundsein und Gesund bleiben zu ermöglichen.

Daher luden der Gesundheitsreferent Stadtrat Mag. Franz Petritz und die Abteilung Gesundheit, Jugend und Familie / Prävention des Magistrates der Landeshauptstadt Klagenfurt am Wörthersee im Jahr 2019 alle Netzwerkpartnerinnen und Netzwerkpartner der Plattform Prävention Klagenfurt am Wörthersee herzlich dazu ein, im Rahmen des 19. Klagenfurter Gesundheitspreis ihre präventiven und gesundheitsfördernden Projektideen, Workshops oder Initiativen einzureichen. Gesucht wurden neue wie auch bereits erprobte, nachhaltige Projekte zu den unterschiedlichsten Themenbereichen der Prävention und Gesundheitsförderung wie beispielsweise Ernährung, Bewegung, Neue Medien oder Sucht für die Altersgruppe der sechs bis 18 jährigen Kinder und Jugendlichen.



Fotos: Bigstock

19. Klagenfurter Gesundheitspreis

Alle Einreichungen wurden von einer Fachjury, die sich aus fünf Expertinnen und Experten aus unterschiedlichen Bereichen des Gesundheitswesens und der Kinder- und Jugendarbeit zusammensetzte, nach nachfolgenden Kriterien bewertet und so die Preisträger festgestellt.

### Die eingereichten Projekte wurden nach folgenden Kriterien bewertet:

#### 1. Kurztitel

#### 2. Beschreibung des Projektes

- Zielgruppe
- Projektbeschreibung inkl. Dauer und Methoden
- Zielformulierung
- Empowerment und nachhaltige Wirkung

#### 3. Projektorganisation

- Rahmenbedingungen und Ressourcen
- Qualifikation der Durchführenden
- Kosten



Die Prämierung der Siegerprojekte fand am 28. November 2019 ab 16.00 Uhr im Stadthaus in Klagenfurt am Wörthersee statt.

Bürgermeisterin Dr. Maria-Luise Mathiaschitz und Stadtrat Mag. Franz Petritz übergaben den sechs Preisträger-

rinnen und Preisträgern die Urkunden für ihre Gewinnerprojekte, die im Schuljahr 2019/20 umgesetzt werden. Der Lions Club Distrikt West 114, vertreten durch Herrn Mag. Klaus Haslingerler unterstützte auch in diesem Jahr wieder mit der Bereitstellung ei-

nes Sonderpreises. Für die musikalische Umrahmung sorgte „Why so serious“. Im Anschluss an die Verleihung gab es noch die Möglichkeit zum Austausch und zur Vernetzung im gemütlichen Rahmen.



*Festveranstaltung 19. Klagenfurter Gesundheitspreis*

Folgende Projekte wurden beim 19. Klagenfurter Gesundheitspreis ausgezeichnet und von der Abteilung Gesundheit, Jugend und Familie finanziell unterstützt und im Schuljahr 2019/20 bei der Durchführung begleitet:

**1. Platz „Herzessache“**

des Österreichischen Jugendrotkreuz – Landesleitung Kärnten

**2. Platz „Mein Essen – Meine Zukunft“**

der Landwirtschaftskammer Kärnten ARGE Seminarbäuerinnen

**2. Platz „Bring the ball to the street“**

des Youth Point Fischl WIKI Kinderbetreuung

**3. Platz „mei Vleck'l“**

der Schulsozialarbeit Kärnten

**3. Platz „Steigerung der Gesundheitskompetenz“**

Youth Point Don Bosco Siebenhügel

**Sonderpreis des Lions Club Distrikt West 114 „Capless 4 school“**

des Capless Institutes

*Preisträgerinnen und Preisträger des  
19. Klagenfurter Gesundheitspreis*



## 1. Platz: Projekt „Herzessache“

**Österreichisches Jugendrotkreuz**

**Landesleitung Kärnten**

**Ansprechpartner:**

**Mag. Wolfgang Schober und**

**Eveline Ogradnig, BA MA**



Laut den Umfrageergebnissen des Roten Kreuz haben 65% der befragten Personen Angst, Erste Hilfe zu leisten. Daher ist es nicht überraschend, dass nur 20% der von einem Herz-Kreislauf Stillstand betroffenen Personen in Österreich ohne Schaden überleben. Aufgrund dieser schockierenden Zahlen entschloss sich das Jugendrotkreuz Kärnten mit dem Projekt Herzessache ein Angebot zu schaffen, um bereits für zukünftige Generationen die Anwendung der lebensrettenden Sofortmaßnahmen zu einer Selbstverständlichkeit werden zu lassen.

Das Projekt Herzessache setzt daher bereits bei Volksschulkindern an, um mit einer Erste Hilfe Schulung zu beginnen, denn Kinder können Leben retten, vorausgesetzt sie sind entsprechend geschult und haben keine Scheu davor, ihr erlerntes Wissen anzuwenden. Ziel des Projektes ist es, jede Schülerin und jeden Schüler im Laufe der Schulzeit und mindestens zwei Unterrichtsstunden pro Schuljahr, durch regelmäßige Trainings mit den wichtigsten Erste Hilfe Maßnahmen vertraut zu machen. Die Schulungen übernehmen die zuvor vom Roten Kreuz in einer Multiplikatoren-

schulung ausgebildeten Lehrkräfte. Mindestens zwei Unterrichtseinheiten pro Schuljahr sollen für das Einüben von lebensrettenden Handlungen zur Verfügung stehen.

Für die Durchführung der Übungen steht jeder teilnehmenden Schule ein Übungsset mit Übungspuppe und 25 Stück Übungswürfeln zur Verfügung. Im Rahmen des 19. Klagenfurter Gesundheitspreis konnte 8 Klagenfurter Volksschulen die Teilnahme am Projekt HERZESSACHE kostenlos zur Verfügung gestellt werden.



Foto: StadtPresse/Fritz

*„Herzessache“ des Österreichischen Jugendrotkreuz Kärnten gewann den 1. Platz*

## 2. Platz: „Mein Essen- Meine Zukunft“

Landwirtschaftskammer Kärnten

ARGE Seminarbäuerinnen

Ansprechpartnerin: Frau Anna Schlatte



Was hat unser tägliches Essen mit unserer Zukunft und dem Klima zu tun? Diese Frage beantworten die Kärntner Seminarbäuerinnen Klagenfurter Jugendlichen im Alter von 12 bis 18 Jahren im Workshop „Mein Essen – Meine Zukunft“.

Die jungen Teilnehmerinnen und Teilnehmer erhalten im schulischen Unter-

richt in einem abwechslungsreichen Programm das theoretische Wissen zur Nachhaltigen Ernährung und zur sorgsamem Lebensmittelauswahl. Dabei werden auch die Themen der richtigen Lagerung und der Haltbarkeit erläutert, sodass die Jugendlichen in ihrem späteren Handeln aktiv der Lebensmittelverschwendung Einhalt bieten können. Anschließend wird in einem praktischen

Teil das Gelernte umgesetzt und gemeinsam nachhaltig und köstlich gekocht. Je nach Jahreszeit werden saisonale Lebensmittel zu wertvollen Speisen verarbeitet, die toll schmecken und gleichzeitig das Klima schonen. Der Höhepunkt des Workshops ist die gemeinsame Verkostung der selbstgemachten Spezialitäten.

### Ziele:

- Vermittlung des Wertes regionaler Landwirtschaft und Lebensmittelproduktion im globalen Vergleich
- Nachhaltige Ernährung unter Einbeziehung von Umweltschutz, Sozialverträglichkeit, Gesundheit, Wirtschaft und kulturellen Aspekten
- bewusste Auswahl von heimischen und saisonalen Lebensmitteln durch Information über Gütesiegel forcieren
- Aufklärung über Wert biologischer Wirtschaftsweise
- Aufklärung über Lagerungsregeln und Haltbarkeitsangaben um den Lebensmittelabfall aktiv zu verringern
- Aufzeigen von Möglichkeiten um den Lebensmittelabfall aktiv zu verringern
- Information über Lebensmittelverschwendung im Rahmen der Produktion und Ansprechen von bewussten Maßnahmen dagegen durch das eigene Tun
- Beim gemeinsamen Kochen nachhaltige Gerichte, bewusst einkaufen und genießen lernen
- Den Wert des Selberkochen als Ressourcenschonung verstehen

Im Rahmen des 19. Klagenfurter Gesundheitspreis können insgesamt elf Schulklassen am Workshop „Mein Es-

sen – meine Zukunft teilnehmen“. Zusätzlich wird für die Klagenfurter Jugendarbeiterinnen und Jugendarbeit in

den städtischen Jugendzentren eine MultiplikatorInnenschulung angeboten.



Foto: StadtPresse/Fritz

„Mein Essen – meine Zukunft“ der Seminarbäuerinnen Kärnten gewann den 2. Platz



## 2. Platz: „Bring the ball to the streets“

**Youth Point Fischl**

**WIKI Kinderbetreuung**

**Ansprechpartnerin: Mag<sup>a</sup> Silvia Traby**



Die Thematik Fitness und Sport spielen für viele junge Personen in ihrem Leben eine bedeutende Rolle. Das hat sich auch auf Nachfrage bei den Jugendlichen in den Youth Points Klagenfurt bestätigt. Daher haben sich die Jugendarbeiterinnen und Jugendarbeiter des Youth Point Fischl dazu entschlossen, ein niederschwelliges Basketballtraining für Kinder und Jugendliche im Alter von 8 bis 26 Jahren anzubieten.

Das Sportprojekt „Bring the ball to the streets“, welches den jungen Erwachsenen - unabhängig von Geschlecht; Herkunft; Beeinträchtigung; Religion oder sonstigen Zuschreibungen - den Sport „Basketball“ näherbringt, hat sich zum einen der sportliche Betätigung und zum anderen dem gelingenden Miteinander verschrieben. Durch die neuen Fähigkeiten und Ressourcen, die

junge Menschen durch das Training erlangen und das vorgelebte gute Miteinander innerhalb einer vielfältigen Gruppe, bietet das Projekt einen soliden Baustein für eine tolerantere Zukunft. Damit trägt das Team des Youth Point Fischl mit ihrem Sportprojekt wesentlich dazu bei, damit unsere Jugend einen reflektierten Zugang zu den Themen Vielfalt in der Gesellschaft, Respekt, Teamfähigkeit uvm. erlangt und fitter, gesünder sowie selbstbewusster in den Alltag gehen kann.

Auf Basis von aktiver Teilhabe haben Kinder und Jugendlichen zudem die Möglichkeit neben der Teilnahme am Training auch an der Organisation der Einheiten, wie beispielsweise bei der Gestaltung und Ausarbeitung von Trainingsplänen, mitzuwirken.

Das Training, bei dem im Durchschnitt 15 Mädchen und Burschen teilnehmen, findet einmal wöchentlich im Turnsaal des NMS Annabichl statt. In den Sommermonaten wird im Europapark, am Koschatplatz oder am roten Platz in Fischl trainiert.

Mit der finanziellen Unterstützung durch das Preisgeld beim 19. Klagenfurter Gesundheitspreis wurden zum einen neue Bälle und Spielerdressen angekauft, um das Training auch weiterhin attraktiv gestalten zu können. Zum anderen ist ein Ausflug nach Wien geplant, um mit einigen Jugendlichen an einem professionellen Basketballspiel teilzunehmen und vielleicht sogar mit den Profis zu trainieren um sich somit bei den sportlichen Vorbildern die ein oder andere Technik abzuschauen.



Foto: StadtPresse/Fritz

„Bring the ball tot he streets“ gewann den 2. Platz

### 3. Platz: Sozialraumorientierte Schulsozialarbeit „mei Vleck1“

#### Schulsozialarbeit Kärnten

Ansprechpartnerin: Mag<sup>a</sup> (FH) Anna Mokoru

Kinder und Jugendliche werden zu einem großen Teil in ihrem nächsten Umfeld (in der Familie, bei Freunden, in der Schule, usw.) sozialisiert. Dort haben sie die Möglichkeit ihre Identitäten zu entdecken und unterschiedliche Rollen zu testen, um so den Weg zum Erwachsenwerden bestmöglich zu meistern. Dazu gehört auch, dass viele Jugendliche das nähere Umfeld und die Angebote in ihrem Stadtteil nutzen, also ihren Sozialraum entdecken und aneignen. Um Jugendliche bei diesem Prozess zu unterstützen, hat die Schulsozialarbeit Kärnten das Projekt „mei Vleck1“ entwickelt.

Bei diesem Projekt geht es darum, den Stadtteil, in dem Jugendliche wohnen,

kennen zu lernen. Dabei stehen folgende Fragestellungen im Mittelpunkt:

- Was gibt es vor Ort?
- Welche Freizeitaktivitäten werden angeboten?
- Welche Beratungsstellen können besucht werden?
- Und vor allem: Was gibt es nicht? Was bräuchte es noch?

Die Sozialarbeiterinnen der Schulsozialarbeit Kärnten versuchen gemeinsam mit den Schülerinnen und Schülern diese Fragen zu beantworten.

Die Umsetzung des Projektes wurde an der NMS 6 St. Peter mit einer Mädchengruppe einer zweiten Klasse gestartet. Die Schülerinnen haben bereits die ers-

ten Erhebungen zu ihrem Stadtteil St. Peter und auch in den angrenzenden Stadtteilen Welzenegg und Fischl durchgeführt. Auch ein Besuch des Jugendzentrums Youth Point Fischl stand schon am Programm.

Im Herbst 2020 wird das Projekt fortgesetzt und auf andere Stadtteile in der Landeshauptstadt Klagenfurt ausgeweitet.

Das Ziel dieses Projektes ist, den Klagenfurter Jugendlichen zum Abschluss einen umfangreichen Stadtplan, auf dem sie interessant erscheinende Einrichtungen, Organisationen und Freizeitaktivitäten finden können, zur Verfügung zu stellen.



Foto: StadtPresse/Fritz

„mei Vleck1“ Schulsozialarbeit Kärnten gewann den 3. Platz

### 3. Platz: Workshop „Steigerung der Gesundheitskompetenz“ bei Jugendlichen

**Jugendzentrum Youth Point Don Bosco**  
**Ansprechpartnerin: Mag<sup>a</sup> Silvia Vrzak**



Nicht alle Informationen und Fakten die man im Internet findet sind wahr, trotzdem greifen viele Jugendliche und auch Erwachsene zuerst zum Smartphone oder Tablet um sich zu informieren. Oftmals kann das beängstigend, trügerisch oder sogar riskant sein, besonders bei Fragen und Informationen zu unserer Gesundheit.

- Auf welchen Internetseiten informiere ich mich am besten?
- Wo wende ich mich hin, welche Anlaufstellen gibt es wenn ich Fragen zu meiner Gesundheit habe?

- Wie finde ich zuverlässige Quellen im Internet?

Diese und viele weitere Fragen werden im Workshop zur „Steigerung der Gesundheitskompetenz“ des Youth Point Don Bosco beantwortet. Im Besonderen sollen die persönlichen Kompetenzen und das Verantwortungsbewusstsein der Jugendlichen gestärkt, der Zugang zu verständlicher, unabhängiger und qualitätsgesicherter Information erleichtert und das Bewusstsein für Gesundheitsvorsorge gefördert werden. Im Rahmen eines interaktiven Workshops haben Jugendliche im schuli-

schen Kontext aber auch als Besucherinnen und Besucher des Jugendzentrums die Möglichkeit, sich mit unterschiedlichen Themen der Gesundheitsförderung auseinander zu setzen.

Als „Gesundheitskompetentes Jugendzentrum“ ist es für das Team des Youth Point Don Bosco wichtig, auch bei der Gestaltung der Freizeitangebote im Jugendzentrum immer den gesundheitsfördernden Aspekt im Auge zu behalten. Daher spielen Bewegung und Ernährung auch bei den laufenden Angeboten eine zentrale Rolle.



Foto: StadtPresse/Fritz

„Stärkung der Gesundheitskompetenz“ des Youth Point Don Bosco gewann den 3. Platz



## Sonderpreis des Lions-Club Distrikt 114 West „Capless 4 School“

**Capless Institute**

**Konfliktprävention und Verhaltenstraining**

**Ansprechpartner:**

**Mag<sup>a</sup> Anja Jaritz**

**Patrick Jaritz**



„Capless 4 school“ ist ein Präventionsprojekt mit dem Hauptziel, das Klassenklima und das Miteinander von Kindern und Jugendlichen in der Schule zu steigern. In vier Workshopeinheiten, die über das Schuljahr verteilt stattfinden, erwerben Kinder und Jugendliche altersadäquat soziale und emotionale Kompetenzen wie Kooperation- und Konfliktfähigkeit, Kontakt- und Kommunikationsfähigkeit sowie Empathie- und Diskussionsfähigkeit. Als weiteres Ziel

des sozialen Lernens im Capless 4 School Präventionsprojekt gilt die Entwicklung der Fähigkeit zur sozialen Antizipation.

In ausgewählten und für die Zielgruppe angepassten Bewegungsspielen, Rollenspielen und Übungen, werden unterschiedliche Konfliktsituationen des Schulalltags nachgestellt und bearbeitet. Diese Konflikte werden unter Zuhilfenahme verschiedener gewaltfreier

und lösungsfokussierter Kommunikationstechniken im Gesprächskreis gemeinsam gelöst. Dadurch wird die Handlungskompetenz der Schülerinnen und Schüler erweitert und neue Verhaltensweisen können in den Alltag übernommen werden.

Im Rahmen des 19. Klagenfurter Gesundheitspreis wurde das Projekt „Capless 4 School“ in der schulischen Tagesbetreuung der Volksschule Wölfnitz umgesetzt.



Foto Capless Fotokennung: StadtPresse/Fritz

„Capless 4 school“ gewann den Sonderpreis des Lions-Club Distrikt 114 West

## JUGENDBETEILIGUNG IM RAHMEN DER PLATTFORM PRÄVENTION

Bereits im Schuljahr 2018/2019 hat sich die Plattform Prävention zum Ziel gesetzt, ihre Angebote wie auch die Angebote der Netzwerkpartnerinnen und Netzwerkpartner Kindern und Jugendlichen zugänglich zu machen. Im Rahmen einer Fokusgruppe wurden daraufhin verschiedene Maßnahmen er-

arbeitet um die Zielgruppe der Sechsbis Achtzehnjährigen zu erreichen. Einige dieser geplanten Punkte wurden bereits im letzten Schuljahr umgesetzt. In diesem Jahr wurde ein besonderer Stellenwert auf die Möglichkeit der Partizipation von Kindern und Jugendlichen, also die direkte Teilhabe und Mit-

gestaltung an Prozessen von Prävention und Gesundheitsförderung gelegt. Ziel der Partizipation ist es, Kinder und Jugendliche dadurch besser zu erreichen und Ideen, Visionen und Bedürfnisse junger Menschen besser verstehen zu können.

### Im Schuljahr 2019/2020 wurden folgende Maßnahmen im Rahmen der Jugendbeteiligung der Plattform Prävention umgesetzt:

- Broschüre mit Angeboten und Anlaufstellen für Kinder und Jugendliche
- Zeitungskolumnen von Jugendlichen für Jugendliche zu Themen der Prävention und Gesundheitsförderung

### Fokusgruppe Jugendbeteiligung

Am 20. November 1989 verabschiedete die Generalversammlung der Vereinten Nationen die UN-Kinderrechtskonvention. Darin sind 42 konkrete Kinderrechte festgeschrieben. Unter anderem auch das Kinderrecht auf Partizipation und damit verbunden die Forderung, dass Kinder bei Entscheidungen, die sie selbst betreffen, angemessen eingebunden werden sollen.

Auch die Plattform Prävention der Stadt

Klagenfurt ist darum bemüht, Kinder und Jugendliche in Prozesse der Mitgestaltung und Teilhabe einzubeziehen. Daher wurde eine Fokusgruppe gegründet, in der Möglichkeiten der Jugendbeteiligung im Rahmen der Plattform Prävention in der Landeshauptstadt Klagenfurt geplant werden sollen.

Das erste Treffen der Fokusgruppe Jugendbeteiligung fand am 17. Februar

2020 im kleinen Festsaal des Rathaus statt. Daran teilgenommen haben zehn Expertinnen und Experten aus den Bereichen Forschung, Bildung, Jugendarbeit und Jugendbeteiligung. Ziel des ersten Treffens der Fokusgruppe war es, Ideen zu entwickeln, wie und wo Jugendbeteiligung in der Landeshauptstadt Klagenfurt umgesetzt werden kann.

### Folgende Institutionen haben an der Fokusgruppe teilgenommen:

- Kinder- und Jugendanwaltschaft Kärnten
- Bildungsdirektion Kärnten
- WIKI Kinderbetreuung Youth Point Fischl
- Schulsozialarbeit Kärnten
- Pädagogische Hochschule Kärnten – Viktor Frankl Hochschule
- Abteilung Gesundheit, Jugend und Familie Landeshauptstadt Klagenfurt am Wörthersee – Dienststelle Soziale Dienste
- Schuldemanokratie Kärnten
- Abteilung Gesundheit, Jugend und Familie Landeshauptstadt Klagenfurt am Wörthersee
- Alpen Adria Universität Klagenfurt - Institut für Friedensforschung und Friedenspädagogik

Anhand des Stadtteils St. Peter wurden die Möglichkeiten einer Jugendbeteiligung skizziert und geplant. Des Weiter-

ren konnte auf eine erste Erhebung des Youth Points Fischl zurückgegriffen werden, die bereits Daten zum Sozial-

raum bzw. Stadtteil mit Jugendlichen gesammelt hatten.

### Die Mitglieder der Fokusgruppe waren sich einig, dass mit der Umsetzung einer Jugendbeteiligung folgende Ziele verfolgt werden sollen:

- Möglichkeit für Kinder und Jugendliche bieten, Wünsche und Anliegen zu artikulieren
- Engagement junger Menschen wird gefördert
- Beteiligung erhöht die Identifikation mit der Stadt
- Lebenssituationen junger Menschen verbessern sich
- Kinder und Jugendliche erleben Demokratie
- Erwachsene lernen Ideen, Visionen und Bedürfnisse junger Menschen kennen

### Folgende Rahmenbedingungen für eine mögliche Jugendbeteiligung wurden von der Fokusgruppe formuliert:

- ein Offener Prozess
- Kooperation mit Youth Point Fischl & Schulsozialarbeit
- keine punktuellen Termine
- Rotation/Ausweitung in andere Stadtteile möglich
- Zielgruppe: 10 bis 14 Jahre (Ausweitung der Zielgruppe wäre möglich)
- politischer Prozess aber weitestgehend nicht parteipolitisch
- Identität schaffen, Jugendliche einbeziehen, gemeinsames Tun

Als unterstützende Partner bei der Umsetzung eines möglichen Projektes konnte die Schulsozialarbeit mit dem Projekt „mei Vleckl“ sowie der Youth

Point Fischl gewonnen werden. Beide Einrichtungen sind bereits im Stadtteil St. Peter aktiv und in gutem Kontakt mit Kindern und Jugendlichen und eignen

sich daher Bestens als Kooperationspartner.

### Jugendbroschüre „Freizeit, Unterstützung, Beratung“

Die Broschüre „Freizeit, Unterstützung, Beratung“ enthält einen Überblick an Einrichtungen, Organisationen oder Vereinen, die Jugendliche selbst und außerhalb des schulischen Kontext in Anspruch nehmen können. Sie richtet sich in erster Linie an Jugendliche im

Alter von etwa zwölf bis achtzehn Jahren, aber auch Eltern und Erziehungsberechtigte finden darin interessante Informationen zu unterschiedlichen Freizeit- und Beratungsangeboten.

Ziel der Broschüre ist es, einerseits eine Auflistung interessanter Freizeit-

angebote zu ermöglichen und andererseits einen Überblick über Beratungs- und Unterstützungsmöglichkeiten zu schaffen und den Gesundheitsgedanken noch mehr zu fördern.

### Folgende Einrichtungen sind in der Broschüre „Freizeit, Unterstützung, Beratung“ enthalten:

- AIDS-Hilfe Kärnten
- ASKÖ – Landesverband Kärnten
- ASVÖ Kärnten
- Caritas Männerberatung
- First Love Ambulanz  
Klinikum Klagenfurt am Wörthersee
- Jugendforum Mozarthof
- Jugendrotkreuz – Landesleitung Kärnten
- Jugendzentrum Youth Point Don Bosco
- Jugendzentrum Youth Point St. Ruprecht
- Kärntner Landesfeuerwehrverband
- KiJA – Kinder- und Jugendanwaltschaft Kärnten
- Mädchenzentrum Klagenfurt
- Magistrat Klagenfurt,  
Büro für Frauen, Chancengleichheit & Generationen
- Österreichische Wasserrettung
- Prävention und Suchtkoordination des Landes Kärnten
- SPORTUNION Kärnten
- Suchtberatung der  
Landeshauptstadt Klagenfurt am Wörthersee
- WIKI Kinderbetreuung



Die Broschüre *Freizeit, Unterstützung, Beratung* ist auf der *Klagenfurt Homepage* abrufbar



## „Lebe Cool“ Schülerinnen und Schüler schreiben für Kinder und Jugendliche

Um dem übergeordneten Ziel der Plattform Prävention, nämlich die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen im Alter von sechs bis achtzehn Jahren zu erhalten, zu unterstützen und zu fördern gerecht zu werden, bedarf es neben Angeboten und Workshops in Schulen, Freizeiteinrichtungen und Jugendzentren auch der Bereitstellung von Informationen zu unterschiedlichen Themenbereichen der Prävention und Gesundheitsförderung direkt für die Zielgruppe.

Um die vielfältigen und oftmals schwierigen Themenbereiche der Prävention und Gesundheitsförderung Kindern und Jugendlichen altersgerecht zugänglich zu machen, hat die Plattform Prävention das Kooperationsprojekt „Lebe Cool – Kinder und Jugendliche schreiben für Kinder und Jugendliche“ ins Leben gerufen. Mit großer Unterstützung der Schülerinnen und Schüler und der Betreuerinnen und Betreuer der schulischen Tagesbetreuung des Hilfswerk Kärnten wurden Kolumnen zu verschiedenen Gesundheitsthemen in der Stadtzeitung veröffentlicht. Insgesamt sind im Schuljahr 2019/20 elf Kolumnen zu Themen wie Mobbing, Ernährung, Soziale Medien oder Sucht erschienen.

Die Schülerinnen und Schüler der schulischen Tagesbetreuung in der Landeshauptstadt Klagenfurt hatten sich in den letzten Monaten intensiv mit den einzelnen Themen beschäftigt. Neben den Recherchen im Internet haben viele Netzwerkpartnerinnen und Netzwerkpartner passgenaue Workshops angeboten, um so auch einen fachlichen Input zu ermöglichen. Kinder und Jugendliche hatten zudem durch die Veröffentlichung der Texte die Möglichkeit als Expertinnen und Experten für ihre Lebenslage und Lebenswelt verstanden und wahrgenommen zu werden und ihre Erfahrungen und Kompetenzen aktiv einzubringen.



Schwierige Themen wie Mobbing, Sucht oder Diskriminierung altersgerecht aufbereiten: Das Projekt der Plattform Prävention mit dem Hilfswerk unterstützt Schüler dabei – von Kindern für Kinder! Foto: H. Bauer

## Volksschüler schreiben für die Stadtzeitung!



**Kooperation.** Um Kindern schwierige Themen wie Mobbing, Sucht, Diskriminierung etc. näher zu bringen, hat sich die Plattform Prävention etwas Besonderes überlegt: Kinder schreiben für Kinder – nämlich genau über diese Themen, bereiten sie selbst auf, veröffentlicht werden die Texte in der Stadtzeitung!

Das Thema Prävention umfasst viele Bereiche – um diese gut zu vermitteln und für Kinder und Jugendliche altersgerecht zugänglich zu machen, hat sich die Plattform Prävention gemeinsam mit der schulischen Tagesbetreuung des Hilfswerk Kärnten zusammengetan: Kinder ver-

fassen zu den verschiedensten Themen selbst Texte, veröffentlicht in einer eigenen Kolumne in der Stadtzeitung (siehe links). Dass sich die Schüler mit dem Thema dann so intensiv auseinandersetzen, hat zur Folge, dass sie quasi selbst zu den Experten werden und so ihre Erfahrungen weitergeben können.

schafft es so, dass die unterschiedlichsten Themenbereiche der Prävention und die Gesundheitsförderung von Kindern und Jugendlichen auch medial zugänglich gemacht werden. Informationen zur Plattform auch online unter 0463 / 537-4921.



Stadtrat Mag. Franz Petritz  
Bildungs- und Gesundheitsreferent

„Eine tolle Initiative, bei der sich die Jugendlichen mit ihren persönlichen Erfahrungen auseinandersetzen und diese auch weitergeben.“

Schülerinnen und Schüler der Nachmittagsbetreuung werden künftig zu Themen Mobbing, Soziale Netzwerke, Ernährung, Sucht etc. recherchieren, sich mit den Themen auseinandersetzen und den Kurztext in der Stadtzeitung veröffentlichen.

Zusätzlich werden von den Kindern Plakate zu den jeweiligen Themen gestaltet, die dann auch den Schulen zur Verfügung gestellt werden. So kann man immer wieder darauf zurückgreifen und nachhaltig agieren. Die Plattform Prävention



Stadtrat Markus Geiger  
Jugendreferent

„Wir haben dieses Projekt geschaffen, um Kindern und Jugendlichen ein Sprachrohr zu geben, wo sie Erfahrungen und Kompetenzen aktiv einbringen können.“

*Der Auftaktbericht in der Klagenfurter Stadtzeitung zum Kooperationsprojekt „Lebe Cool“ vom 13. November 2019*

## „Gemeinsam statt einsam“ - Diskriminierung

### GTS VS 14 Welzenegg

In unsere Schule gehen viele Kinder, viele verschiedene Kinder.

Einige haben eine andere Hautfarbe, die anderen sprechen eine andere Sprache und wieder andere haben eine andere Religion. Natürlich gibt es dann noch ganz besondere Kinder. Es gibt Kinder im Rollstuhl und es gibt auch noch andere Kinder mit anderen besonderen Bedürfnissen. Wir alle sind aber ein Team und wir wissen, dass wir alle etwas Besonderes sind.

Im Zuge des Freizeitbereiches in unse-

rer Ganztageschule haben wir uns gemeinsam mit diesem Thema beschäftigt und dabei sind wir darauf gekommen, dass jeder von uns ok ist so wie er ist, zum Beispiel kann ein Mädchen Regenbogen malen, ein anderes kann tanzen. Ein Junge ist klein und ein anderer ist groß.

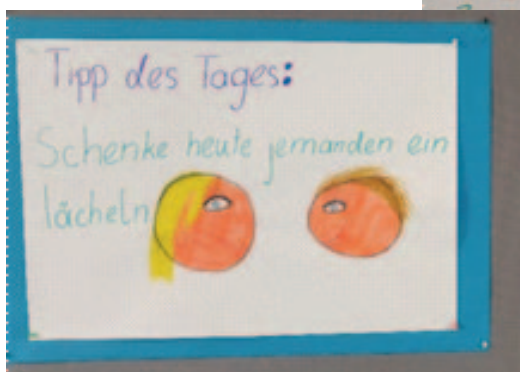
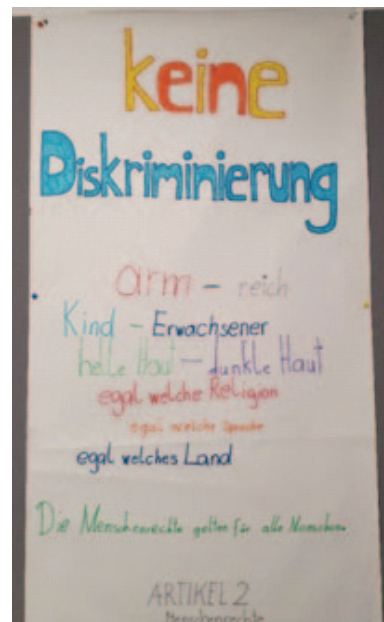
Wir Kinder von der Ganztageschule 14 Welzenegg sind zu dem Entschluss gekommen, dass es sehr wohl gut ist anders zu sein und auch anders zu denken. Trotzdem sollte jeder so sein wie

er ist und sich für niemand verstellen oder verbiegen müssen.

Respekt und Wertschätzung sind wichtig für ein gutes Miteinander. Wir sind verschieden, wertvoll und sollten unsere Unterschiede respektieren.

Gemeinsam sind wir einfach stärker!  
Gemeinsam statt einsam!

**Idee von der VS 14 Welzenegg:**  
Schenkt heute jemanden ein Lächeln. Egal ob ihr ihn/sie kennt oder nicht, woher er/sie kommt oder wie er/sie aussieht.



Impressionen aus dem Workshop der GTS VS 14 zum Thema Diskriminierung

## „Rauchen ist uncool!“ – Nikotin

GTS NMS 13 Thomas Koschat Viktring

„Ich wollte dazugehören – kein Außen-seiter sein – ich konnte nicht 'nein' sa-gen!“

Wenn man in einer Gruppe ist und alle rauchen, macht man oft automatisch mit. Man sollte aber besser gar nicht damit anfangen, denn wenn man ein-mal raucht, kann man nur mehr schwer damit aufhören. Rauchen macht sehr schnell abhängig und kann viele Krank-heiten wie Lungenkrebs auslösen. Es

gibt Menschen, die das Rauchen brau-chen. Wenn Raucher länger nicht rau-chen, fangen sie an zu zittern oder sie werden unruhig, das sind dann richtige Entzugserscheinungen.

Wenn man aufhören will zu rauchen, kann man sich beim Hausarzt oder Schularzt Hilfe suchen. Auch die Eltern sollten dabei unterstützen und mithel-fen und nicht immer nur schreien, denn sie haben sicher auch Blödsinn ge-

macht. Wenn man wahre Freunde hat, kann man die auch um Unterstützung bitten. Wichtig dabei ist, dass man sel-ber aufhören möchte und an sich glaubt. Wenn man an sich glaubt schafft man alles!

**Unser Tipp an die Erwachsenen:** Sei-en Sie ein gutes Vorbild und rauchen Sie erst gar nicht in der Nähe von Kin-dern – denn auch Passivrauchen ist ge-fährlich!

## „Kinder stark machen“ - Sicherheit

GTS VS 9 und VS10 Theodor-Körner-Schule

Wir sind die Kinder von der schulischen Tagesbetreuung der Theodor-Körner-Schule und wir wollen Euch in dieser Ausgabe etwas über Sicherheit erzäh-len. Als allererstes erklären wir, was Si-cherheit überhaupt ist: Sicherheit ist der Zustand für Personen und Gemein-schaften, risiken- und gefahrenfrei zu leben.

Aber wieso ist das wichtig für uns alle? Sicherheit ermöglicht uns ein besseres Zusammenleben. Durch Sicherheit füh-len wir uns wohler und können uns

nicht so schnell in Gefahr bringen. Wenn wir uns sicher fühlen, bekommen wir mehr Mut und können somit ande-ren helfen und sie trösten.

Sicherheit stärkt unser Selbstbewusst-sein!

Durch Sicherheit sind wir auch selbst-bewusster, können Grenzen setzen und uns trauen, nein zu sagen, wenn uns was nicht gefällt. Wenn uns zum Bei-spiel jemand in ein Auto zerren will, können wir laut „NEIN!“ schreien.

Um Kinder stärker zu machen, bietet unsere Schule einen Gewaltpräventi-onskurs an. Hier lernen wir unter-schiedliche Techniken, sich selbst stark zu fühlen und sich zu verteidigen. Kin-der müssen stark gemacht werden! Zum Abschluss haben wir noch einen

### **Tipp für euch:**

Traut Euch Eure Meinung zu sagen!

Und liebe Erwachsene: Nehmt uns Kin-der ernst, wenn wir „NEIN“ sagen!

## „Neue Medien = neue Regeln?“ – Soziale Medien

GTS NMS 6 St. Peter

Schnell seinen Status auf Facebook ak-tualisieren, nebenbei die coolen Fotos auf Instagram posten, bei Youtube „Let's Play“-Videos oder Schminktuto-rials ansehen, auf Wikipedia die nötigen Infos für das Referat finden, Freunde über WhatsApp nach der Hausübung fragen und dann zum Einschlafen noch eine Serie auf Netflix schauen und schon ist der Abend vorbei. Manche Freunde wollen dann noch immer mit mir schreiben und halten es nicht aus, dass ich ihnen nicht gleich antworte

und senden mir deswegen noch mehr Nachrichten.

Das Internet ist schon super, man findet fast alles – aber man muss auch auf-passen! Besonders in den sozialen Me-dien. Ein blöder Kommentar oder ein unpassendes Foto und schon wird man gemobbt. Auch werden Lügen, soge-nannte Fake News, verbreitet und viele Leute glauben diese. Deshalb ist es wichtig, dass man den richtigen Um-gang mit den neuen Medien lernt.

### **Tipps**

- Achte auf deine Privatsphäre-Ein-stellungen. Eine einfache Anleitung dazu findest du auf [www.saferinternet.at](http://www.saferinternet.at)
- Solltest du oder deine Freunde Hilfe im Umgang mit sozialen Medien be-nötigen, kann man sich unter der kostenlosen Nummer 147 „Rat auf Draht“ Unterstützung holen.
- Am besten einmal das Handy oder Tablet beiseitelegen und nach drau-ßen gehen, weil der Großteil der Welt funktioniert noch immer analog!



## „Ich find's gemein, ich misch mich ein!“ - Mobbing

### GTS NMS St. Ruprecht

Es gibt zwei verschiedene Arten von Mobbing: Cybermobbing und Mobbing in der Schule. Cybermobbing ist eine Mischung aus Beleidigungen, Drohungen oder die Verbreitung von Gerüchten. In einigen Fällen werden auch peinliche Fotos veröffentlicht. Cybermobbing passiert immer über das Internet oder das Handy, z.B. über Whats App, Messenger oder Instagram. Mobbing in der Schule bedeutet, ein gegen einen bestimmten Schüler gerichtetes

Ärgern, Angreifen oder auch Schikanie- ren. Beim verbalen Mobbing gibt es keine körperlichen Verletzungen, sondern es kommt zu Beschimpfungen. Physisches Mobbing ist z.B. Schlagen, Verletzen oder Treten eines Opfers. Eine der schlimmsten Arten von Mobbing ist es, einen Menschen völlig zu ignorieren. Man spricht von Mobbing, wenn das Opfer über längere Zeit regelmäßig gemobbt wird (mindestens einen Monat lang). Wehren kann man sich, in-

dem man den Täter blockiert (z.B. Cybermobbing) oder es seinen Eltern, Lehrern oder der Polizei meldet. Das Gleiche gilt auch für Außenstehende, die etwas dagegen unternehmen wollen wenn jemand gemobbt wird. Denn beim Mobbing ist nicht nur der Mobber der Täter sondern auch alle, die dabei zusehen und nichts dagegen unternehmen. Wenn du mitbekommst, dass jemand schikaniert wird, mach nicht mit, sondern schreite ein!!!

## „Alles cool, bloß kein Stress“ - Stress

### GTS VS 23 Wölfnitz

Viele Kinder tun sich schwer in der Schule. Oft ist der Lernstoff zu schwierig oder wird zu schnell durchgemacht, dadurch haben sie Angst vor schlechten Noten. Durch schlechte Noten oder wenn sie den Stoff nicht schnell genug verstehen, haben sie das Gefühl versagt zu haben. Für viele Kinder ist es auch stressig, weil sie Angst vor der Reaktion der Eltern haben. Etwas nicht zu schaffen, ist aber kein Weltuntergang. Viele haben Angst, dass sie als dumm gelten. Es ist sehr wichtig, dass

Kinder in dieser Zeit viel Unterstützung von der Familie bekommen. Die häufigsten Stressursachen bei Kindern sind: Leistungsdruck in der Schule, zu wenig Zeit, Druck von Zuhause, Frust, zu viele äußere Reize (Fernseher, Computer, Handy) und falsche Ernährung. Für viele Kinder ist auch Freizeitstress eine hohe Belastung, weil sie von einem Kurs zum anderen müssen. Kinder sollten auch Zeit haben, um mit Freunden zu spielen, weil man auch von anderen Kindern lernen kann. Für Kinder

ist es sehr wichtig draußen zu spielen, da sie auch einmal an die frische Luft müssen. Und auch einmal nichts zu tun, kann für Kinder ganz gut sein.

**Tipp:** Haltet eure Hände vor euer Gesicht und atmet tief ein, bis der Bauch ganz hineingezogen ist, haltet kurz die Luft an und atmet wieder aus und denkt an eine schöne Erinnerung. Atmet 5-mal tief ein und aus und zieht dann eine lustige Grimasse hinter den Händen. Diese Übung lockert euer Gesicht und euren Körper!

## „Auch wir haben Rechte!“ - Kinderrechte

### GTS VS 13 - Am Spitalberg

An einem Donnerstag im Februar ist eine Frau von der KiJA (Kinder- und Jugendanwaltschaft Kärnten) zu uns in unsere Gruppe gekommen. Zusammen haben wir über die Rechte von Kindern gesprochen.

Diese besonderen Rechte gibt es seit 1989, damit alle Kinder auf der Welt die gleiche Chance haben, ein glückliches Leben zu führen, in dem ihr Wohl und ihre Meinung beachtet und respektiert werden und sie in ihrer Entwicklung unterstützt werden.

In der GTS gibt es viele Kinder. Ein paar kommen aus einem anderen Land und

trotzdem haben sie die gleichen Rechte wie wir. Es gibt auch Kinder deren Eltern geschieden sind und trotzdem haben sie das Recht, mit beiden Eltern Kontakt aufzunehmen. In der Freizeit hat jedes Kind das Recht, Gleichaltrige zu treffen. Wie jeder Erwachsene haben auch alle Kinder ein Recht auf Privatsphäre. Auch Kinder mit Behinderung dürfen mitspielen und haben so wie alle Kinder das Recht auf schulische Bildung. Und wenn ein Kind krank ist, muss es zum Arzt gehen dürfen. Außerdem dürfen Eltern ihre Kinder nicht schlagen, auch wenn sie etwas ange-

stellt haben. Für uns waren das die wichtigsten Rechte, es gibt aber noch mehr davon –insgesamt 54!

Am Tag der Kinderrechte oder auch Weltkindertag - jedes Jahr am 20. November – können wir an diese besonderen Rechte für Kinder denken.

**Zum Schluss noch ein Tipp:** Wenn eure Eltern sich streiten und euch nicht zuhören, geht am besten zur KiJA (Kinder- und Jugendanwaltschaft Kärnten). Da gibt es ganz nette Leute, die euch zuhören und weiterhelfen können, damit ihr auch zu eurem Recht kommt!

## Freizeit

### GTS VS 20 Viktring

Wir von der GTS VS 20 Viktring finden Freizeit sehr wichtig und schön, wir freuen uns nach diesem spannenden Jahr auch schon sehr auf die Sommerferien. Wir haben uns zusammengesetzt und über unsere Freizeit gesprochen und viele spannende Dinge gefunden die wir unternehmen können. Freizeit bedeutet für uns Entspannung, Spaß haben, Freunde treffen und Bewegung. Eine Gemeinsamkeit die wir alle gerne machen ist Eis essen im Sommer und das Baden im Wörthersee in den unterschiedlichsten Strandbä-

dern. Wir verbringen gerne die Zeit an der frischen Luft. Egal ob wir uns mit unseren Freunden treffen, Reiten gehen oder einfach nur ein Picknick im Gras machen. Ein Picknick im Europapark ist auch immer sehr schön. Die Museen in Kärnten und Wien sind sehr spannend für uns. Wir unternehmen viel mit unserer Familie und gehen gerne in den Wäldern und Almen wandern sowie Bouldern in die Kletterhalle. In verschiedene Länder zu Reisen um neue Dinge zu Entdecken ist echt cool.

#### Unsere Tipps für die Ferien:

- Schau doch mal in die Broschüre der Plattform Prävention. Da findest du viele Einrichtungen und Aktivitäten für die Freizeit.
- Probiert doch mal eine neue Sportart aus z.B. beim Sportschnuppern
- Genießt die Zeit mit Freunden bei einem Picknick mit gesunden Snacks
- In Kärnten haben wir wunderbare Berge und das Wandern mit der Familie und Freunden in den Ferien macht richtig Spaß

## Gewaltfrei ist besser - Gewalt

### GTS NMS 5 Wölfnitz

In unserer Schule gibt es viele Kinder und manchmal gibt es Konflikte. Und sehr oft gibt es Meinungsverschiedenheiten, aber es geht immer gut aus. Die Streitschlichter helfen den Streit zu lösen. Wenn zwei Kinder sich streiten, müssen sie zu den Streitschlichtern. Die Kinder müssen dann über das Problem reden und sollten sich einigen und versöhnen. Am Nachmittag in der Nachmittagsbetreuung

wird es so ähnlich gelöst. Wir setzen uns in einen Kreis zusammen und besprechen das Problem in einer offenen Runde. Wir reden darüber das es keinen Sinn macht eine andere Person wegen eines Missverständnisses oder weil man einfach grantig ist, weh zu tun. Wenn man jemandem anderen weh tut, kann es zu Schwierigkeiten kommen und das kann schwere Folgen haben. Dieses Kind kann im Kranken-

haus landen und schwere Verletzungen haben. Deshalb ist es besser wenn man vorher darüber redet und es ist viel schöner wenn man sich verträgt. In unserer Nachmittagsbetreuung haben wir auch gelernt das "Dein Handeln oder Nichthandeln Auswirkungen auf andere hat," und „Löse deine Konflikte gewaltfrei“. Wir von der NMS Wölfnitz sagen: „Behandle jede Person so wie du behandelt werden willst.“



Foto: GTS NMS Wölfnitz

Schülerinnen und Schüler der GTS NMS Wölfnitz beim Workshop der KiJA zum Thema Gewalt



## LEBE COOL



Kinder und Jugendliche schreiben für Kinder und Jugendliche

## Gemeinsam statt einsam!

In unsere Schule gehen viele verschiedene Kinder! Einige haben eine andere Hautfarbe, die anderen sprechen eine andere Sprache und wieder andere haben eine andere Religion. Natürlich gibt es dann noch ganz besondere Kinder. Es gibt Kinder im Rollstuhl und es gibt auch noch andere Kinder mit anderen besonderen Bedürfnissen. Wir alle sind aber ein Team und wir wissen, dass wir alle etwas Besonderes sind.

Im Zuge des Freizeitbereiches in unserer Ganztageschule haben wir uns gemeinsam mit diesem Thema beschäftigt und dabei sind wir daraufgekommen, dass jeder von uns o.k. ist so wie er ist, zum Beispiel kann ein Mädchen Regenbogen malen, ein anderes kann tanzen. Ein Junge ist klein und ein anderer ist groß.

Wir Kinder von der Ganztageschule 14 Welzenegg sind zu dem Entschluss gekommen, dass es sehr wohl gut ist anders zu sein und auch anders zu denken. Trotzdem sollte jeder so sein wie er ist und sich für niemand verstellen oder verbiegen müssen. Respekt und Wertschätzung sind wichtig für ein gutes Miteinander. Wir sind verschieden, wertvoll und sollten unsere Unterschiede respektieren.

Gemeinsam sind wir einfach stärker! Gemeinsam statt einsam! Idee von der VS 14 Welzenegg: Schenkt heute jemanden ein Lächeln. Egal ob ihr ihn/sie kennt oder nicht, woher er/sie kommt oder wie er/sie aussieht. VS 14 Welzenegg

## LEBE COOL



Kinder und Jugendliche schreiben für Kinder und Jugendliche

## Rauchen ist uncool!

*„Ich wollte dazugehören – kein Außenseiter sein – ich konnte nicht ‚nein‘ sagen!“*

Wenn man in einer Gruppe ist und alle rauchen, macht man oft automatisch mit. Man sollte aber besser gar nicht damit anfangen, denn wenn man einmal raucht, kann man nur noch schwer damit aufhören.

Rauchen macht sehr schnell abhängig und kann viele Krankheiten wie Lungenkrebs auslösen. Es gibt Menschen, die das Rauchen brauchen. Wenn Raucher länger nicht rauchen, fangen sie an zu zittern oder sie werden unruhig, das sind dann richtige Entzugserscheinungen.

Wenn man aufhören will zu rauchen, kann man sich beim Hausarzt oder Schularzt Hilfe suchen. Auch die Eltern sollten dabei unterstützen und mithelfen und nicht immer nur schreien, denn sie haben sicher auch Blödsinn gemacht. Wenn man wahre Freunde hat, kann man die auch um Unterstützung bitten. Wichtig dabei ist, dass man selber aufhören möchte und an sich glaubt. Wenn man an sich glaubt schafft man alles!

Unser Tipp an die Erwachsenen: Seien Sie ein gutes Vorbild und rauchen Sie erst gar nicht in der Nähe von Kindern – denn auch Passivrauchen ist gefährlich. Hilfe und Rat gibt es übrigens auch bei der städtischen Präventionsstelle unter 0463 / 537-4921.

Lisa, Neue Mittelschule 13  
Thomas Koschat Viktrine

## LEBE COOL



Kinder und Jugendliche schreiben für Kinder und Jugendliche

## Ich find's gemein, ich misch mich ein!

Es gibt zwei verschiedene Arten von Mobbing: Cybermobbing und Mobbing in der Schule. Cybermobbing ist eine Mischung aus Beleidigungen, Drohungen oder die Verbreitung von Gerüchten. In einigen Fällen werden auch peinliche Fotos veröffentlicht. Cybermobbing passiert immer über das Internet oder das Handy, z.B. über WhatsApp, Messenger oder Instagram. Mobbing in der Schule bedeutet, ein gegen einen bestimmten Schüler gerichtetes Ärgern, Angreifen oder auch Schikanieren. Beim verbalen Mobbing gibt es keine körperlichen Verletzungen, sondern es kommt zu Beschimpfungen. Physisches Mobbing ist z.B. Schlagen, Verletzen oder Treten eines Opfers. Eine der schlimmsten Arten von Mobbing ist es, einen Menschen völlig zu ignorieren. Man spricht von Mobbing, wenn das Opfer über längere Zeit regelmäßig gemobbt wird (mindestens einen Monat lang). Wehren kann man sich, indem man den Täter blockiert (z.B. Cybermobbing) oder es seinen Eltern, Lehrern oder der Polizei meldet. Das Gleiche gilt auch für Außenstehende, die etwas dagegen unternehmen wollen wenn jemand gemobbt wird. Denn beim Mobbing ist nicht nur der Mobber der Täter sondern auch alle, die dabei zusehen und nichts dagegen unternehmen. Wenn du mitbekommst, dass jemand schikaniert wird, mach nicht mit, sondern schreite ein!!!!

NMS St. Ruprecht



## AUSTAUSCH, VERNETZUNG UND KOOPERATIONEN

Vernetzung, Kooperationen und Austausch zwischen unterschiedlichen Einrichtungen, Organisationen und Vereinen der Prävention und Gesundheitsförderung bereit zu stellen und zu ermöglichen zählt zu einem wesentlichen Ziel der Plattform Prävention. Es ist uns aber auch ein großes Anliegen, unter-

schiedliche Veranstaltungen und Fortbildungen zu besuchen, um dadurch einerseits die Angebote der Plattform Prävention sowie der Netzwerkpartnerinnen und Netzwerkpartner bekannt zu machen andererseits dadurch auch die Möglichkeit zu nutzen stets über aktuelle Themen und Inhalte der Prä-

vention und Gesundheitsförderung informiert zu sein und somit Angebote bedarfsorientiert weiterentwickeln zu können.

Im Schuljahr 2019/2020 hat die Plattform Prävention an folgenden Vernetzungen, Kooperationen, Fortbildungen und Veranstaltungen teilgenommen:

### „Die Nachhaltige Schule“ auf der Herbstmesse Klagenfurt

Auf Einladung der Bildungsdirektion Kärnten vertreten durch Mag<sup>a</sup> Gerlinde Duller hatte die Plattform Prävention die Möglichkeit, ihre Inhalte auf der Herbstmesse Klagenfurt im Rahmen

der Halle „Go Green“ vorzustellen. Um das Angebot vielfältig und interessant zu gestalten, wurden einige Netzwerkpartnerinnen und Netzwerkpartner eingeladen, ebenfalls die Möglichkeit zu

nutzen, ihre Angebote bei der Themeninsel „Die nachhaltige Schule“ zu präsentieren.

#### Folgende Netzwerkpartnerinnen und Netzwerkpartner stellten sich vor:

- Abteilung Gesundheit, Jugend und Familie der Stadt Klagenfurt
- Aids-Hilfe Kärnten
- Büro für Frauen, Chancengleichheit und Generationen der Stadt Klagenfurt
- Jugendforum Mozarthof
- Katholisches Familienwerk Kärnten
- Mädchenzentrum Klagenfurt
- Sexualpädagogik Kärnten
- WIKI Kinderbetreuung



Fotos: Bildungsdirektion für Kärnten/ Mag. Gerlinde Duller; aids-Hilfe Kärnten

## Praktikumstag 2019 an der Fachhochschule Kärnten

Der Praktikumstag der Studiengänge Disability & Diversity Studies, Gesundheits- & Pflegemanagement, Gesundheits- & Krankenpflege und Soziale Arbeit fand am Freitag, den 22. November 2019 von 09:00 bis 15:00 Uhr an der FH Kärnten am Campus Feldkirchen statt.

Die Veranstaltung stand unter dem Thema „Fokus Mensch – Das Zusammenspiel von neuen und traditionellen Berufsbildern in unterschiedlichen Lebensbereichen.“

In Kurzvorträgen berichteten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus verschiedenen Unternehmen und Organisationen, wie eine multidisziplinäre Zusammenarbeit aussehen könnte und wel-

che Vorteile die Zusammenarbeit unterschiedlicher Berufsgruppen in der Gesundheits- und Soziallandschaft mit sich bringt.

Im Anschluss an die fachlichen Inputs hatten die Studentinnen und Studenten der unterschiedlichen Studiengänge die Möglichkeit, sich bei den über 60 teilnehmenden Einrichtungen, Organisationen und Unternehmen aus ganz Kärnten über deren Arbeitsschwerpunkte zu informieren und die Möglichkeit eines Praktikums zu besprechen. Auch die Plattform Prävention nutzte die Möglichkeit des Marktplatzes um den interessierten Studentinnen und Studenten ihre Inhalte und Themenbereiche vorzustellen und diese auch bekannt zu machen.

Auch die teilnehmenden Einrichtungen hatten die Möglichkeit, sich in diesem Rahmen untereinander auszutauschen und zu vernetzen.

Der Praktikumstag der Fachhochschule Kärnten ermöglicht somit jedes Jahr aufs Neue die Begegnung von Hochschule, Praktikumeinrichtungen und Studierenden. Gegenseitig konnten Informationen über die gelebten Praxen sowie über Studien- und Forschungsinhalte besprochen werden. Ziel der Veranstaltung war auch heuer ein inhaltlicher und wertschätzender Austausch und die Vernetzung mit unterschiedlichen Organisationen und den Studentinnen und Studenten.



Praktikumstag an der  
Fachhochschule Kärnten 2019



## Jugendgesundheitstag der ÖGK Kärnten „Deine Geschichte schreibst du selbst“

Bereits zum fünften Mal hatten Schülerinnen und Schüler beim Jugendgesundheitstag der Österreichischen Ge-

sundheitskasse am 20. Februar 2020 die Möglichkeit, sich über Angebote rund um die Themen Prävention und

Gesundheit zu informieren. Rund 550 Jugendliche folgten auch heuer wieder der Einladung der Service Stelle gesunde Schule Kärnten der ÖGK in die Messehalle 5 in Klagenfurt. Die Veranstaltung, die von der Bildungsdirektion Kärnten unterstützt wurde, stand diesmal unter dem Motto der Selbstwertstärkung. In diesem Sinne lautete auch der Titel zum Vortrag von EU-Jugendbotschafter und bekanntem Influencers und Autor Ali Mahlodji „Du bestimmst, wer du bist – deine Geschichte schreibst du selbst“.

Foto: ÖGK Kärnten



*Ali Mahlodji bei seinem Vortrag „Du bestimmst wer du bist – deine Geschichte schreibst du selbst“*

Am „Marktplatz der Jugendgesundheit“ hatten die Jugendlichen die Möglichkeit, sich umfassend über Gesundheitsförderung und Prävention sowie Herausforderungen im Zeitalter der Digitalisierung zu informieren. Die Schülerinnen und Schüler aus Klagenfurt erwarteten zahlreiche Informationsstände, an denen Fragen zu unterschiedlichsten Gesundheitsthemen beantwortet wurden. Vertreten waren neben der Plattform Prävention unter anderem auch die Aidshilfe Kärnten, der ASKÖ Kärnten, die AUVA, das Frauengesundheitszentrum, die Kinder- und Jugendanwaltschaft Kärnten, die SPORTUNION Kärnten oder der Youth Point Don Bosco.





## Treffpunkt Pubertät - Notfalltipps und Motivationstricks für Eltern

### Büro für Frauen, Chancengleichheit und Generationen

Die Pubertät ist keine leichte Zeit, nicht für die Jugendlichen selbst und auch nicht für deren Eltern. Daher startete das Büro für Frauen, Chancengleichheit und Generationen der Stadt Klagenfurt im Schuljahr 2019/20 die Elternbildungsreihe „Treffpunkt Pubertät – Notfalltipps und Motivationstricks für Eltern“. Die Plattform Prävention Klagenfurt und das katholische Familienwerk beteiligten sich gerne an der Planung, Gestaltung und Durchführung dieser

wichtigen Initiative.

Ziel war es, Eltern pubertierender Kinder und Jugendlicher Hilfestellung, Beratung, Unterstützung und Information anzubieten aber auch Austausch zwischen den Eltern zu ermöglichen. Das vielfältige Angebot sollte helfen, das Familienleben während dieser Zeit zu unterstützen und harmonischer zu gestalten. Um die Hemmschwelle an den Informationsabenden teilzunehmen abzubauen und den Zugang zu erleich-

tern, wurden die verschiedenen Themenabende in allen Stadtteile Klagenfurts geplant und durchgeführt. Es wurde ein hochinteressantes, abwechslungsreiches Programm erstellt, das Tipps und Tricks für alle "Pubertätslebenslagen" bereithielt. Den humoristischen Auftakt zum Treffpunkt Pubertät bildete im Oktober 2019 das Kabarett „Pubertät“ von Edi Jäger das im Ste-reoclub Klagenfurt stattfand.

**Büro für Frauen, Chancengleichheit und Generationen der Landeshauptstadt Klagenfurt am Wörthersee**  
Magistratsdirektion I - Bürgerservice, Kumpfgasse 20/3,  
T +43 463 537-4656 oder +43 463 537-4681  
frauen.chancengleichheit.generationen@klagenfurt.at  
www.klagenfurt.at/frauen-chancengleichheit-generationen

Das BÜRO FÜR FRAUEN, CHANCENGLEICHHEIT UND GENERATIONEN der Landeshauptstadt Klagenfurt am Wörthersee ist städtische Servicestelle für Frauen und Familien. Wir bieten kostenlose Information und Rechtsberatung bei frauen- und familienspezifischen Fragen. Wir fördern gleichstellungsorientierte Projekte. Wir kooperieren mit frauen- und familienspezifischen Einrichtungen wie z. B. Frau- enplattform Klagenfurt, Klagenfurter Familienforum, Mädchenzentrum. Wir erstellen kostenlose Broschüren „TopAdressen für Frauen, Familien und Integration“ oder die „Elternbildungsbroschüre“ und führen zahlreiche Veranstaltungen und Workshops durch.

#### WIR DANKEN UNSEREN KOOPERATIONSPARTNERN:

**Plattform Prävention der Landeshauptstadt Klagenfurt am Wörthersee**  
Abt. für Gesundheit, Jugend und Familien  
Bahnhofstraße 35/2, T +43 463 537-5487, [plattformpraevention@klagenfurt.at](mailto:plattformpraevention@klagenfurt.at)

Die PLATTFORM PRÄVENTION der Abteilung Gesundheit, Jugend und Familie der Landeshauptstadt Klagenfurt am Wörthersee ist ein Netzwerk verschiedenster Organisationen, Einrichtungen und Vereine, die im Bereich der Prävention und Gesundheitsförderung in der Landeshauptstadt Klagenfurt tätig sind. Unser Ziel ist es, durch unterschiedliche Maßnahmen und Angebote, die Gesundheit der Klagenfurter Kinder und Jugendlichen im Alter von 6 bis 18 Jahren zu erhalten, zu fördern und zu stärken. Auch Eltern, Erziehungsberechtigte, Lehrkräfte und Mitarbeitende der Kinder- und Jugendarbeit profitieren von den Angeboten der Plattform Prävention. Nähere Informationen zur Plattform Prävention und ihren Angeboten erhalten Sie unter [plattformpraevention@klagenfurt.at](mailto:plattformpraevention@klagenfurt.at) oder T +43 463 537-5487.

**Katholisches Familienwerk Kärnten**  
Tarnitzer Straße 30, 9020 Klagenfurt am Wörthersee  
T +43 463 5877-2447 oder +43 676 8772-2440  
[ka.kfw@kath-kirche-kaernten.at](mailto:ka.kfw@kath-kirche-kaernten.at), [www.kath-kirche-kaernten.at/kfw](http://www.kath-kirche-kaernten.at/kfw)

Hilfe, Unterstützung und Bildungsmöglichkeiten der Katholischen Kirche Kärnten in Form von Erwachsenenbildung und Veranstaltungen für Kinder, damit Partnerschaft, Elternschaft und Familie besser gelingen können.



Die Plattform Prävention beteiligte sich mit der inhaltlichen Gestaltung von drei Abenden zu den Themen der Prävention und Gesundheitsförderung:

**Wer sich auskennt, muss nicht alles glauben.**

**Wer hat Angst vor 001? Game of Bytes. Der sichere Umgang mit neuen Medien!**

Die Fortbildungsreihe startete am 14. November 2019 im Stadtteil Feschnig. Harald Reinisch von 4everyoung.at und Safer Internet-Experte informierte die interessierten Eltern über den Sicheren Umgang mit Neuen Medien, welchen Nutzen sie haben und welche Risiken damit verbunden sind.

**Gewitter im Kopf - wegen Baustelle vorübergehend geschlossen!**

**Kinderschutz, Jugendschutz und Kinderrechte im stürmischen Jugendalter.**

Zum Thema Kinder- und Jugendschutz sprachen am 20. Februar 2020 Mag.<sup>a</sup> Astrid Liebhauser von der Kinder- und Jugendanwaltschaft und Mag. Raphael Schmid von der Fachstelle für Qualitätsentwicklung im Kärntner Kinderschutz. Zahlreiche Eltern nahmen an diesem interessanten Abend im Stadtteil Waidmannsdorf teil. Aus der Sicht des Elternteils sprach Kontrollinspektor Klaus Kügerl.

## Red ma drüber! Von Liebe, Sex und anderen Dingen. achtsam begleiten durch die spannenden Jahre der Pubertät

Am 23. April 2020 wäre im Stadtteil St. Ruprecht ein Abend zum Thema Sexualität mit Frau Mag<sup>a</sup> Christiane Hintermann von der Sexualpädagogik Kärnten geplant gewesen. Dieser konnte leider aufgrund der Maßnahmen zur Eindämmung von COVID-19 nicht stattfinden.

Foto: Gesundheit, Jugend und Familie - Prävention



## Weitere Themen des Treffpunkt Pubertät waren:

- 12.12.2019: Cool bleiben! Tipps und Tricks für ein entspannteres Pubertätsleben! Lach mit!
- 16.1.2020 Normal oder schon süchtig? PC-Internetsucht erkennen – handeln – helfen.
- 12.3.2020: Schatzkiste mit kreativen Entspannungsritualen. Wie Eltern mit besonderen Bewegungs- und Entspannungsübungen gelassener und optimistischer werden.
- 14.5.2020: Die fünf Sprachen der Liebe. Wie Zuneigung von Heranwachsenden über 5 Sprachen ausgedrückt werden kann.

## Safer Internet-Aktions-Monat 2020

Am 11. Februar 2020 fand zum 17. Mal der internationale Safer Internet Day statt. Heuer stand dieser Tag unter dem Motto „Together for a better internet!“. Daher hat die Organisation saferinternet.at gemeinsam mit dem Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung auch in diesem Jahr wieder Schulen und Jugendorganisationen aufgerufen, ihre Projektideen zu einem sicheren, respektvollen und verantwortungsvollen Umgang mit digitalen Medien einzureichen und im Monat Februar umzusetzen.

Die Plattform Prävention der Stadt Klagenfurt und die schulische Tagesbetreuung der NMS 6 St. Peter des Kärntner Hilfswerk haben sich entschlossen, sich im Jahr 2020 gemeinsam am Safer Internet Aktionsmonat zu beteiligen. Die Schülerinnen und Schüler der schulischen Tagesbetreuung der NMS 6 St. Peter begannen, unter der Leitung ihres Betreuers Kristoffer Miklautz, bereits im Dezember 2019 damit, sich intensive mit Thema Social Media und dem sicheren Umgang damit auseinander zu setzen.

In mehreren Workshops mit Experten von 4everyoung.at wurden die Jugend-

**Urkunde**

Die **Plattform Prävention Klagenfurt** hat am **Safer Internet-Aktions-Monat** im Februar 2020 erfolgreich teilgenommen.

Wir danken allen, die mitgemacht haben, für den großen Einsatz!

Weitere Infos und Materialien zur sicheren Internetnutzung unter [www.saferinternet.at](http://www.saferinternet.at).

Viel Spaß bei der sicheren & verantwortungsvollen Internetnutzung wünschen

*Barbara Buchegger*  
DIP Barbara Buchegger, MEd.  
Safersinternet.at  
Österreichisches Institut für angewandte Telekommunikation

*Hedrun Strörmayer*  
Mag. Hedrun Strörmayer  
Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung

Partner von Saferinternet.at:  
 • Bundesministerium Bildung, Wissenschaft und Forschung  
 • Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung  
 • Saferinternet.at  
 • Facebook  
 • 4everyoung.at

lichen zum sicheren Umgang mit Sozialen Medien informiert und geschult. Themen wie Passwortsicherheit, Urheberrechte, Soziale Medien, Cybermobbing und Selbstdarstellung im Netz wurden besprochen und aufgearbeitet. Obwohl die Jugendlichen selbst davon ausgegangen sind, bereits viel über die Nutzung von Neuen Medien zu wissen, waren sie erstaunt, welche Gefahren im Internet lauern und was man beim sicheren surfen beachten sollte.

„Ich habe nicht gewusst, dass es Messengerdienste (z.B. Telegram) gibt bei denen nicht mitgelesen wird bzw. die sicher sind.“ oder „Was, so schnell könnte man mein Passwort knacken. Da lege ich in Zukunft mehr Wert auf die Sicherheit.“ waren die Schülerinnen und Schüler sichtlich erstaunt.

Die wichtigsten Tipps zum Umgang mit Neuen Medien sowie Beratungs- und Anlaufstellen für Jugendliche haben die

Schülerinnen und Schüler der schulischen Tagesbetreuung der NMS-St. Peter in der Kolumne „Lebe Cool“ der Klagenfurter Stadtzeitung zusammengefasst.

Für Eltern und Erziehungsberechtigte wurden ebenfalls hilfreiche Informationen zusammengestellt und in der Klagenfurter Stadtzeitung veröffentlicht um auch sie in sicherer und verantwortungsvoller Internetnutzung zu schulen.

#### **Hier die wichtigsten Tipps der Jugendlichen für Eltern und Erziehungsberechtigte:**

- Gemeinsam entdecken – Über aktuelle Entwicklungen am Ball bleiben. Angesagte Apps und Online-Plattformen selbst ausprobieren, lassen Sie sich Dinge erklären. Gemeinsame Erfahrungen erleichtern es, über positive und negative Erlebnisse zu sprechen.
- Regeln vereinbaren – Regel über Handy- und Internetnutzung vereinbaren (über Zeiten und Inhalte, den Umgang mit persönlichen Daten, Kosten etc.) – Ihr Kind muss die Regeln verstehen und akzeptieren.
- Vorbild sein – Leben Sie den Umgang mit digitalen Medien vor, den Sie auch von Ihrem Kind erwarten.
- Problemhalte besprechen – Bei jüngeren Kindern ist der Einsatz von Filterprogrammen sinnvoll. Je älter die Kinder werden, desto wichtiger ist das Reden über Gewalt, Pornografie und Co im Internet.
- Quellen kritisch hinterfragen – Üben Sie mit Ihrem Kind Informationen aus dem Netz durch Vergleiche mit anderen Quellen zu prüfen. Werbungen sind für Kinder oft schwer zu durchschauen.

**Mehr Tipps auf [www.saferinternet.at](http://www.saferinternet.at)**



## GEFÖRDERTE PROJEKTE

Universelle Prävention und Gesundheitsförderung sind die übergeordneten Ziele der Plattform Prävention. Die Förderung des Gesundheitsbewusstseins steht im Fokus, wobei Menschen, im besonderen Kinder und Jugendliche im Alter von sechs bis achtzehn Jahren sensibilisiert werden sollen, für die Möglichkeit der individuellen Einflussnahme auf die Erhaltung und Verbesserung des Wohlbefindens und damit der Gesundheit im Allgemeinen. Es

geht insbesondere auch um die Stärkung der diesbezüglichen Eigenverantwortung und die Persönlichkeitsentwicklung und -entfaltung.

Um dies zu erreichen, versucht die Plattform Prävention durch finanzielle Förderung von Angeboten der Prävention und Gesundheitsförderung strukturelle Ansatzpunkte zu schaffen, um das Gesundheitsbewusstsein zu stärken und eine nachhaltige Wirkung zu erreichen.

Im Schuljahr 2018/19 hat die Plattform Prävention die Umsetzung und Durchführung folgender präventiver und gesundheitsfördernder Angebote finanziell unterstützt:

- Radioworkshops für Schulen von Radio AGORA
- Aids-Hilfe „Sexuelle Bildung im Rahmen von HIV und STD's“

### Radioworkshops für Schulen von Radio AGORA

Auch im Schuljahr 2019/20 konnte durch die finanzielle Unterstützung der Plattform Prävention ein Radioworkshop für Jugendliche in Kooperation mit Radio AGORA umgesetzt werden. Die Schülerinnen und Schüler der 4a-Klasse der NMS St. Ursula hatten bei der Umsetzung des Workshops die Aufgabe, zu einem frei gewählten Thema der Prävention oder Gesundheitsförderung eine Radiosendung zu gestalten. Unter der Anleitung von Frau Vianey Cobian von Radio AGORA lernten sie ganz von selbst zu erzählen, zu hören, zu recherchieren, zu formulieren, zu sprechen und zu argumentieren. Dadurch wurden Lerninhalte nicht nur vermittelt,

sondern selbst erarbeitet und durch die intensive Auseinandersetzung mit den Themen auch nachhaltig verinnerlicht. Zudem wird durch den gesamten Prozess die Medienkompetenz der Jugendlichen gestärkt.

#### „Kaufen... und was dann?“

Die Schülerinnen und Schüler entschieden sich, gemeinsam mit ihrer Klassenlehrerin Frau Hannelore Kraule, sich in den nächsten Wochen intensiv mit dem Thema Werbung, Konsumverhalten und dem Einfluss dieser auf die Gesellschaft und unsere Gesundheit zu beschäftigen.

Die Jugendlichen waren vom Workshop begeistert, da jede Schülerin und jeder

Schüler seine Stärken in die Gestaltung der Radiosendung einbringen konnte. Vom Recherchieren der Inhalte über die Musikauswahl bis hin zum Einsprechen der Sendung wurde alles von den Jugendlichen übernommen.

Um den Hörerinnen und Hörern einen Besseren Umgang mit Konsum zu ermöglichen, haben die Schülerinnen und Schüler der 4a Klasse der NMS St. Ursula in ihrer Sendung auch einige Tipps zusammengestellt.



#### Tipps der Schülerinnen und Schüler für ihre Hörerinnen und Hörer, damit sie nicht Opfer von Werbung werden:

- Schon als Kind sollte man sich über die Gefahren der Werbung informieren und auch wissen, wie die Werbung funktioniert, damit wir Lust auf Sachen haben, die wir eigentlich nicht brauchen.
- Jedem Kind oder jedem Jugendlichen sollte es klar werden, dass die Werbung nicht immer die Wahrheit beinhaltet.
- Ihr solltet wissen, dass Marken oder die neuesten Dinge auf dem Markt uns nicht glücklich machen.
- Denkt daran, ob ihr wirklich etwas braucht und wenn nicht, kauft es nicht auch wenn es schön, neu oder cool ist.



Foto StadtPresse/ H.Bauer

Schülerinnen und Schüler der 4a-Klasse der NMS St. Ursula erheben sich in ihrer Sendung dem Thema „Kaufen... was dann?“ Gespannt zugehört haben Bildungspresse Stadtrat Mag. Franz Fietz und Jugendreferent Stadtrat Markus Geiger. 1992-1998

Diese und viele weitere Informationen zum Thema „Kaufen... und was dann?“ und wie das Konsumverhalten und die Werbung auch unsere Gesundheit beeinflussen, kann man auf der Homepage von Radio Agora nachhören. <https://cba.fro.at/457875>

Die Schülerinnen und Schüler der 4a Klasse der NMS St. Ursula

## Aids-Hilfe „Sexuelle Bildung im Rahmen von HIV und STD’s“

Die Aids-Hilfe Kärnten ist schon seit vielen Jahren im Bereich der Prävention und Gesundheitsförderung im Hinblick auf HIV und sexuell übertragbare Krankheiten tätig. Auch für den Schulbereich, im Speziellen für Schülerinnen und Schüler ab 14 Jahren, gibt es unterschiedliche Angebote zu diesen Themenbereichen.

Im Schuljahr 2019/2020 konnten durch die Finanzierung der Plattform Prävention insgesamt 9 Unterrichtseinheiten des Workshops zur „Sexuellen Bildung im Rahmen von HIV und STD’s“ für die

vierten Klassen der NMS Hasnerschule angeboten werden.

In den interaktiven Basisworkshops wurde das Wissen in Bezug auf sexuelle Gesundheit, Risikokompetenz und gesundheitsbewusste sexuelle Selbstbestimmung in einer pluralistischen Gesellschaft thematisiert und bearbeitet. Die Klassen hatten danach die Möglichkeit in zwei weiteren Modulen aus unterschiedlichen Themen, wie beispielsweise Safer Sex und Verhütungsmittel, Soziale Kompetenz oder Sexualität und Religion zu wählen und sich zu vertiefen.

Ziel der Workshops ist es, den Jugendlichen in alters- und zielgruppengerechter Weise richtige Informationen zur Verfügung zu stellen, denn nur dadurch haben sie die Möglichkeit

- sich und andere entsprechend zu schützen,
- Anzeichen einer Infektion frühzeitig zu erkennen,
- medizinische Unterstützung zu finden,
- therapeutische Maßnahmen einzuhalten und
- dadurch wiederum Neuinfektionen zu verhindern.

## #KLAGENFURTHÄLTZUSAMMEN „TIPPS FÜR DIE CORONAZEIT“

Um Kinder, Jugendliche und Eltern auch während der schwierigen und oftmals belastende Zeit der Ausgangsbeschränkungen zur Eindämmung des COVID-19 mit wichtigen Informationen unserer Netzwerkpartnerinnen und Netzwerkpartner zu versorgen hat die

Plattform Prävention die Initiative #Klagfurthältzusammen Tipps für die Coronazeit gestartet.

Über mehrere Wochen hinweg wurde täglich ein Tipp der Netzwerkpartnerinnen und Netzwerkpartner auf der facebook-Seite der Stadt Klagenfurt veröf-

fentlicht. Die Tipps reichten von Informationen zu Beratungseinrichtungen, über Ratschläge für Eltern zum Umgang mit den Kindern zu Hause, bis hin zu Bewegungsangeboten in der Wohnung oder gesunde Rezepte die mit der Familie gekocht werden konnten.

**Hier ein kleiner Auszug der vielen Tipps der Netzwerkpartnerinnen und Netzwerkpartner:**

### Österreichisches Jugendrotkreuz – Landesleitung Kärnten Time 4 Friends

Bei time4friends stehen Jugendliche als Peers anderen Jugendlichen als Ansprechpartner zur Verfügung. Im Rahmen einer Whats App Beratung kann über kleinere und größere Herausforderungen gesprochen werden. Wir hören dir zu!

Du hast...

... Schmetterlinge im Bauch!

... eine schlechte Note bekommen?

... keinen Plan, warum deine beste Freundin oder dein bester Freund so reagiert?

... die Prüfung geschafft!

... Probleme mit MitschülerInnen?

... einfach gute Laune!

Und keiner ist da zum Reden?

Dann schreib uns! Wir sind täglich von 18 - 22 Uhr über WhatsApp unter +43 664 1070 144 für dich erreichbar



## www.saferinternet.at

### Informationskompetenz im Internet

Wie erkenne ich Falschmeldungen im Internet?

Wahr und falsch im Internet auseinander halten zu können ist oftmals nicht einfach. Daher ist es umso wichtiger, Falschmeldungen zu erkennen und mit dem eigenen Verhalten so etwas gegen Gerüchte im Internet beitragen zu können.

Hier die wichtigsten Tipps zum Erkennen von Falschmeldungen:

- Bleiben Sie skeptisch und hinterfragen Sie zweifelhafte Meldungen
- Verwenden Sie Suchmaschinen um Quellen zu überprüfen. Nutzen Sie auch die Seite [www.mimikama.at](http://www.mimikama.at) um aktuelle Falschmeldungen zu finden.
- Nutzen Sie Meldefunktionen

**TIPP:** Einen spielerischen Zugang zum Thema Falschmeldungen bietet das „Fake-News- Bingo“ von Saferinternet.at. Detaillierte Informationen finden Sie unter [www.safetinternet.at](http://www.safetinternet.at)

Klagenfurt - Die Landeshauptstadt  
Geplant von Julia Glensk · 1 · 31. März

Gerade jetzt bewegen wir uns sehr viel im Netz - wie aber erkenne ich Falschmeldungen im Internet?  
Wahr und falsch im Internet auseinander halten zu können, ist oftmals nicht einfach. Daher ist es umso wichtiger, Falschmeldungen zu erkennen und mit dem eigenen Verhalten so etwas gegen Gerüchte im Internet beitragen zu können.  
Hier die wichtigsten Tipps zum Erkennen von Falschmeldungen:  
Bleiben Sie skeptisch und hinterfragen Sie zweifelhafte Meldungen  
Verwenden Sie Suchmaschinen, um Quellen zu überprüfen. Nutzen Sie auch die Seite <https://www.mimikama.at>, um aktuelle Falschmeldungen zu finden.  
Nutzen Sie Meldefunktionen  
Tipp: Einen spielerischen Zugang zum Thema Falschmeldungen bietet das „Fake-News- Bingo“ von Saferinternet.at - detaillierte Informationen unter [www.saferinternet.at](http://www.saferinternet.at)  
Eine Information der Plattform Prävention Klagenfurt

Saferinternet

Fotos: facebook-Seite der Landeshauptstadt Klagenfurt

## ASKÖ Kärnten

### Fit mach mit Kindertraining

Vom Laufspiel mit Alltagsmaterialien durch den Garten, über Fingerkoordinationsübungen bis hin zum Indoorbaskballtraining findet man am ASKÖ „Fit mach mit Chanel“ lustige Übungen für Groß und Klein um auch in diesen Zeiten beweglich zu bleiben.

Klagenfurt - Die Landeshauptstadt  
Geplant von Julia Glensk · 1 · 4. April

Kinderturnen Zuhause! Der ASKÖ Landesverband Kärnten bietet in den nächsten Wochen montags und mittwochs jeweils 15 bis 15:30 Uhr ein Online-Hopsi Hopper Turnen an. Eine tolle Idee für Kinder und Familien während der Krise auch zuhause in Bewegung zu bleiben! 🥳🥳 Alle Infos zur Anmeldung direkt auf der Website [www.askoe-kaernten.at](http://www.askoe-kaernten.at)  
Maskottchen Hopsi Hopper freut sich auf alle kleinen Turnerinnen und Turner! 🥳

ASKÖ Kärnten

## Schulsozialarbeit Kärnten

### Wie gehe ich als Elternteil zu Hause mit Schulthemen um?

- Versuchen Sie eine angespannte Situation zu entspannen (z.B. Pause machen, Regeln für die Zeit des zuhause-Lernens auflockern, Tagesstruktur einhalten/aufstellen, ...).
- Fragen Sie ihr Kind, ob es eigene Ideen hat, um ein Schulthema zu lösen. Besprechen Sie gemeinsam mit ihrem Kind, welche Ideen realistisch und gut umsetzbar sind.

- Überlegen Sie, wer für Sie selbst eine Unterstützung sein kann (z.B. Klassenvorstand, andere(r) Mutter/Vater, Beratungsstellen wie Schulsozialarbeit, ...), denn Sie müssen das Problem nicht allein lösen.

Das Team der Schulsozialarbeit Kärnten ist auch in dieser Zeit für die Schüler\*innen, Eltern und Erziehungsberechtigte sowie Lehrer\*innen erreichbar. [www.schulsozialarbeit-ktn.at](http://www.schulsozialarbeit-ktn.at)



## Kinder- und Jugendanwaltschaft und Fachstelle Kinderschutz des Landes Kärnten Wie helfe ich meinem Kind im Umgang mit dem Virus?

Kinder und Jugendliche reagieren, abhängig vom Alter, unterschiedlich auf die momentane Situation. Die KiJA und die Fachstelle für Kinderschutz hat dazu einen Leitfaden mit Tipps zusammengestellt, wie Sie ihr Kind durch diese Zeit begleiten können.

Nähere Informationen unter <https://kija.ktn.gv.at/>



Foto: facebook-Seite der Landeshauptstadt Klagenfurt

## Seminarbäuerinnen der Landwirtschaftskammer Kärnten Rezept Gefüllte Erdäpfel

Zutaten:

4 große Erdäpfel, 50g Butter, Salz, Kräuter, (Wildkräuter) Frühlingszwiebeln, 120g Schinken, 120g Käse, 3 Esslöffel Sauerrahm.

Zubereitung:

- Erdäpfel waschen in der Schale kochen, wenn notwendig schälen, längs durchschneiden mit Löffel aushöhlen und in Kasserolle schichten.
- Zwiebeln klein schneiden in Butter anschwitzen, Kräuter hacken, Käse reiben. Die ausgehöhlten Erdäpfelreste mit Gabel kleindrücken, mit den anderen Zutaten gut vermischen und in die vorbereiteten Erdäpfel füllen. Mit Käse bestreuen und im vorgeheizten Backofen (160 °) ca. 20 bis 25 Minuten überbacken.

Dazu passt grüner oder Wildkräuter- Salat.

### Feinschmeckertipp:

Man kann auch einen Kräuterdip dazu servieren!

<https://www.seminarbaeuerinnen.at/>

<https://ktn.lko.at/>



Foto: facebook-Seite der Landeshauptstadt Klagenfurt

## Youth Point Don Bosco Siebenhügel

### „We stay at home but we stay in touch“

Der Youth Point Don Bosco hat für euch ein tolles Programm zusammengestellt, das ihr online nutzen könnt. Von Dienstag bis Samstag gibt es täglich Spiele, ein Quiz und viele Tipps und Tricks. Natürlich unterstützen euch die BetreuerInnen

aus dem Youth Point auch bei euren Schulaufgaben oder sind per Telefonhotline für eure Fragen da.

[www.facebook.com/youthpoint.donbosco/](http://www.facebook.com/youthpoint.donbosco/)

**Nähere Informationen zur Plattform Prävention:**

**Mag<sup>a</sup> Barbara Schreier**

Abteilung Gesundheit, Jugend und Familie - Prävention

Bahnhofstraße 35, 9010 Klagenfurt am Wörthersee

T +43 463 537-5487 | [plattformpraevention@klagenfurt.at](mailto:plattformpraevention@klagenfurt.at)