

Teamwork von Schule und Spital

"Fit statt fett": Unter diesem Motto haben ein Gymnasium und ein Krankenhaus zwei Jahre kooperiert - mit großem Erfolg.

LETZTES UPDATE AM 19.06.2011, 16:11

[DRUCKEN](#)
[SENDEN](#)
[LESERBRIEF](#)
[KOMMENTIEREN](#)
[f EMPFEHLEN](#)



Fit statt fett: Am Ende des zweijährigen Projektes (das Bild zeigt die sportmotorischen Tests in der Astgasse) war der Anteil der normal- gewichtigen Schüler größer als zu Beginn

Ein Projekt dieser Dimension war für uns neu", sagt Elisabeth Kulnigg, Professorin am Goethe-Gymnasium in Wien 14 (Astgasse). "Es war ein großer Aufwand, aber er hat sich gelohnt", betont Direktor Hubert Kopeszki. Im Rahmen der Initiative "Sparkling Science" des Wissenschaftsministeriums haben die Astgasse und das Krankenhaus Hietzing zwei Jahre ein Ziel verfolgt: Mit "Fit statt fett" sollten in der Oberstufe das Gesundheitsbewusstsein und das Interesse an der Wissenschaft gefördert werden. Mit Erfolg: Die Zahl der übergewichtigen Schüler sank.

Nachrichten

[Wien](#)
[Niederösterreich](#)
[Oberösterreich](#)
[Burgenland](#)
[Gesundheit](#)
[Kiku](#)

WEITERE ANGBOTE...

- Arztsuche ➔
- FamilyCoach ➔
- KiloCoach ➔
- Kurier Lauferlebnis ➔
- Blog: Dick und dünn ➔
- Rauchfreie Lokale ➔
- Videos ➔

VERWANDTE ARTIKEL



Schüler_innen übernehmen Hotel für einen Tag



Sozialprojekt: Baby als Lehrer



Eine Krankenschwester für 160 Patienten

Augenlaser-Behandlung durch Einsatz modernster Technologie



Viele Menschen leiden an Kurz-, Weitsichtigkeit oder starker Hornhaut-verkrümmung. » mehr

WERBLUNG

2009/2010 wurde der Ist-Zustand (z. B. Stoffwechsel, Fitness, Koordination, Ernährung) der 5. und 6. Klassen erhoben (Querschnittsstudie). Dafür führten Schüler der 7. und 8. Klassen mit ihren jüngeren Kollegen Interviews sowie sportmotorische Tests durch. Im Krankenhaus gab es medizinische Untersuchungen. 2010/2011 folgte die Interventionsstudie. Zuerst gab es für die gesamte Oberstufe Projektstage: Vorträge von Wissenschaftlern und Medizinerinnen u. a. zu den Themen Übergewicht, Alkohol, Rauchen und Ernährung standen ebenso auf dem Programm wie etwa Exkursionen in verschiedene Spitalabteilungen.

Zwei Klassen (5A, 6 B) wurden anschließend ein halbes Jahr von speziell geschulten Mentoren aus den 7. und 8. Klassen besonders intensiv betreut (Interventionsgruppe). Es gab zusätzliche externe Sportangebote, aber auch Vorträge mit Experten: So erstellte eine Ernährungswissenschaftlerin der Abnehmplattform KiloCoach ein Ernährungsprotokoll mit den Schülern.

Sensibilisiert

Nach einem halben Jahr wurden alle Schüler neuerlich untersucht. "Dieser Zeitraum ist -, um Effekte von Verhaltensänderungen zu belegen - sehr kurz", sagt Thomas Kästenbauer, wissenschaftlicher Projektkoordinator. Da durch die Projektstage alle Schüler für das Thema Gesundheit sensibilisiert wurden, waren zwar die Unterschiede zwischen der Interventionsgruppe und den anderen Klassen (Kontrollgruppe) nicht sehr groß. Trotz dieser Rahmenbedingungen waren die Ergebnisse beachtlich, betont Kästenbauer: Der Anteil der normalgewichtigen Oberstufenschüler stieg von 76,2 auf 83,5 Prozent. Sowohl die Zahl der über- als auch der untergewichtigen Jugendlichen sank.

Bei Mädchen und Burschen stieg der Wert des "guten" HDL-Cholesterins. Bei den Mädchen zeigte sich in der vorläufigen Datenauswertung eine Leistungssteigerung im sportmotorischen Test, bei den Burschen gab es kaum Veränderungen. Kästenbauer: "Die Mädchen haben sich in vielen Disziplinen verbessert."

Der Körperfettanteil ist nur bei den Burschen der Kontrollgruppe gestiegen. "Bei der Mülltrennung ist es gelungen, diese Idee über die Kinder in viele Familien hineinzutragen", sagt Stoffwechselexperte Univ.-Prof. Rudolf Prager vom Krankenhaus Hietzing. "Bei den Themen Ernährung und Bewegung wird es hoffentlich auch so sein."

KiloCoach auch in Schulen

Die Schüler waren überrascht, wie viele Kalorien in einer Tafel Schokolade oder in einer Salamipizza stecken", sagt Ernährungswissenschaftlerin Andrea Hueber von der Abnehmplattform KiloCoach (www.kurier.at/kilocoach). Sie hat mit Schülern des Goethe-Gymnasiums ein Ernährungsprotokoll erstellt: Die Schüler tragen alle konsumierten Lebensmittel ein und sehen, wie viele Kalorien sie zugeführt haben. Gleichzeitig erfahren sie, wie viele Kalorien sie durch Bewegung verbraucht haben. "Wir haben ein Projekt für Schulen entwickelt, das vermitteln soll, dass das Gewicht das Resultat dieser Kalorienbilanz ist."

TOP-ARTIKEL IN GESUNDHEIT

Teamwork von Schule und Spital

Rund 900.000 sind psychisch krank

Mutter will Tochter Gebärmutter spenden

Beliebte Ergänzung zur Schulmedizin

EHEC: EU stellt 210 Mio. Euro bereit

Harmonisierung des Chi und Selbstheilung

EHEC: Drei Sprossen-Arten im Visier

Radiologen: Die anderen Ganzkörperärzte

Krebs als chronische Erkrankung

Energydrinks: Süße Gefahr

WERBUNG

Schonende Krebsbehandlung

Ein Jahr klinischer Erfolge: Die Krebstherapie der Zukunft

www.rptc.de

Finden Sie Ihre Klasse

Jetzt eintragen und einfach Ihre alte Schulklasse wiederfinden!

StayFriends.at/Klassenfinder

Siemens antwortet

Früherkennung und Vorsorge: Answers for life.

LINK

[Hier geht es zum KURIER-Kilocoach](#)

LETZTES UPDATE AM 19.06.2011, 16:11

DRUCKEN SENDEN LESERBRIEF KOMMENTIEREN EMPFEHLEN

Artikel vom 19.06.2011 16:00 | KURIER | Ernst Mauritz | [« zurück zu Gesundheit](#)

WERBUNG

<p>Leidenschaftlich anders</p>  <p>Das dynamische Sondermodell mit bis zu € 4310,- Preisersparnis. Jetzt Probe fahren!</p>	<p>Super Familienurlaub</p>  <p>Familienurlaub im Herzen von Österreich zum besten Preis!</p>	<p>Online Casino</p>  <p>Spielen Sie jetzt bequem von zuhause die beliebtesten Casino Spiele ohne Download!</p> <p> Ligatus</p>
--	---	---

POSTINGS (Netiquette)

Um einen Artikel kommentieren zu können, müssen Sie angemeldet sein.

Die Registrierung/Anmeldung auf KURIER.at ist kostenlos, ermöglicht Ihnen aber die Nutzung praktischer Funktionen – zum Beispiel:

- Erinnerung an den Beginn Ihrer TV-Lieblingssendungen
- Aktivieren von Merklisten und Suchagenten für immoKURIER
- Posten von Kommentaren
- Teilnahme an Gewinnspielen oder
- Empfang von Newslettern

Anmeldung

Wie lautet Ihre E-Mail Adresse?

Haben Sie ein Passwort für kurier.at:

Ich bin noch nicht registriert.

Ich bin registriert, mein Passwort lautet:

[» Ich habe mein Passwort vergessen](#)



Michaela St.
Linz
Postings: 1043

die überschrift ist genial - da hat auch wieder ein spitzenredakteur
zugeschlagen *fg*



ePaper · KURIER Archiv

Nachrichten · 7 Tage Nachrichten chronologisch · Wetter · Burgenland · Niederösterreich · Oberösterreich · Wien ·
Gesundheit · Kultur · Blog · Veranstaltungskalender · TV-Programm · Radio-Programm · Kino · Wirtschaft ·
Unternehmen · Anlage · Finanzierung · Sport · Verkehrsinfos · Fußball · Wintersport · Motorsport · Sportmix · KURIER
Kommentare · Freizeit · Leute · Genuss · Reise · Motor · Style · Techno · Games · Foto · Multimedia · KiloCoach ·
Horoskop · Partnersuche · KURIER Family-Coach · KURIER Spieltisch · Gewinnspiele · Quiz & Test · Kult · Kiku - der
Kinderkurier

KURIER Abo-Angebote · KURIER Club · KURIER Abonnenten-Services · Jobs/Karrieren · Immobilien · Auto Börse · Anzeigen · Mazda Burning Gears 2010 · Austroleaks

Das Unternehmen KURIER · Online-Werbung · offene Stellen · Bewerbung · Werbung in der Zeitung · KURIER Shop · studiKURIER

Kooperationspartner: Gebrauchtwagen autoscout24.at · Demokratieforum meinparlament.at · Videoportal webfreetv.com ·

KURIER.at Feedback Impressum Services RSS Newsletter Newsflash KURIER Mobil © KURIER bzw. kurier.at - Wien, 2011

nach oben