

Gemeinsam zur „Schlau-Trinken-Schule“

Information und Anmeldung für das Wintersemester 2010/11

„Schlau trinken“ ist eine Initiative des unabhängigen vorsorgemedizinischen Vereins *SIPCAN save your life* (Vorstand: Univ.-Prof. Prim. Dr. Friedrich Hoppichler; www.sipcan.at).

„Schlaues Trinken“ kann **viele Vorteile für Schulen** haben. Neben der langfristig positiven Beeinflussung des Trinkverhaltens, das weit über die Schulzeit hinausgeht, stellen sich auch kurzfristige, unmittelbar auf den Schulalltag auswirkende Vorteile ein. Zwei davon sind: Eine verbesserte Aufmerksamkeitsfähigkeit und gleichmäßigere Leistungen der SchülerInnen durch ein regelmäßiges Trinken von optimalen Getränken. Selbstverständlich wirkt sich eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr auch positiv auf das Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit von Erwachsenen aus und kann damit PädagogInnen helfen den Arbeitsalltag mit mehr „Energie“ und leichter zu absolvieren.

Eine nachhaltige Verbesserung des Trinkverhaltens ist nur bei einem entsprechenden Getränkeangebot vor Ort zu erreichen. Deshalb ist es sehr wichtig auch das Warensortiment in Getränkeautomaten und an Schulbuffets mit gesundheitsfördernden Produkten zu optimieren.

Wir suchen die „Schlau-Trinken-Schulen“ Österreichs!

Sie wollen eine von 30 "Schlau-Trinken-Schulen" werden? Mit einfachen Maßnahmen können Sie sowohl das Getränkeangebot als auch das Trinkverhalten der SchülerInnen an Ihrer Schule verbessern. **Wir unterstützen Sie** mit einer detaillierten Anleitung und vielen praktischen Tipps.

Alle für die Umsetzung benötigten Unterlagen wie **Unterrichtsmaterialien** oder **Informationen zu geeigneten Getränken** stehen kostenlos auf www.schlau-trinken.at zur Verfügung.

Alle teilnehmenden Schulen erhalten zudem eine **genau Projektanleitung**, die Ihnen regelmäßig per E-Mail übermittelt wird. Den ersten Teil dieser Anleitung haben wir Ihnen zur Ansicht auf www.schlau-trinken.at bereitgestellt.

Um laufend rund um das Thema informiert zu werden, empfehlen wir die kostenlose Anmeldung zum **Projektnewsletter**. Die Anmeldung erfolgt direkt auf der Startseite von www.schlau-trinken.at. Bereits veröffentlichte Unterlagen stehen zum Download bereit.

Welche Kriterien zeichnen eine „Schlau-Trinken-Schule“ aus?

1. An der Schule werden **vorwiegend Produkte mit moderatem Zuckergehalt (= max. 7,4 g Zucker pro 100 ml Getränk) und ohne Süßstoffe verkauft**. „Vorwiegend“ bedeutet dabei mindestens 80 Prozent des Angebots. Dies gilt sowohl für das Angebot am Schulbuffet als auch in den Getränkeautomaten.
(Eine Liste mit Beispielen für geeignete und ungeeignete Produkte finden Sie auf www.schlau-trinken.at im Downloadbereich unter „Tipps“.)
2. An der Schule wird regelmäßig **in mehreren Klassen im Unterricht zum Thema Trinken gearbeitet**. Sie können hierfür die auf der Projekthomepage zur Verfügung gestellten Übungsbeispiele verwenden (Downloadbereich unter „Unterrichtsmaterialien“).
3. Von wenigstens der Hälfte der PädagogInnen der Schule wird das **Trinken von Wasser, Mineralwasser, ungesüßten Früchte- oder Kräutertees oder gespritzten Fruchtsäften im Unterricht** erlaubt und aktiv gefördert. (Hinweis: Um das gezielte Trinken zu fördern, empfehlen wir eine gemeinsame Trinkpause in der Mitte der Unterrichtseinheit).

Anmeldung

Melden Sie Ihre Schule kostenlos zum Projekt „Schlau-Trinken-Schule“ an. Verwenden Sie hierfür das auf der letzten Seite angeführte Formular.

Wichtig: Teilnahmeberechtigt sind **alle Schulen, an denen ein Schulbuffet und/oder mindestens ein Getränkeautomat vorhanden ist**.

Aufgrund der beschränkten Teilnehmerzahl werden der Fairness halber die Teilnehmer nach dem Anmeldedatum (Poststempel) gereiht. Bitte senden Sie uns deshalb das ausgefüllte Anmeldeformular per Post möglichst rasch zu.

Nach der Anmeldung werden Sie von einem Mitarbeiter von *SIPCAN save your life* kontaktiert, der Ihnen auch bei Fragen während der Umsetzung gerne jederzeit zur Verfügung steht.

Erfolgreiche Teilnahme

Um erfolgreich am Projekt teilzunehmen, senden Sie uns bis **28. Februar 2011** Informationen zu folgender Frage.

Wie werden die drei Kriterien für eine „Schlau-Trinken-Schule“ von Ihrer Schule erfüllt?

Beantworten Sie die Frage in Form eines **Kurzberichtes** (max. 2 DIN-A4 Seiten), der folgende Punkte in jedem Fall erläutert:

- a) Wie hat sich das Getränkeangebot am Schulbuffet und an den Automaten verändert (vorher, nachher)? Welche Getränke werden nach der erfolgreichen Projektumsetzung an Ihrer Schule verkauft? In welchem Verhältnis steht das Angebot von Getränken mit moderatem Zuckergehalt (ohne Süßstoff) zu jenen Getränken mit hohem Zuckergehalt oder die Süßstoffe enthalten?
- b) Welche Unterrichtsmaterialien wurden in welchen Klassen umgesetzt?
- c) Wie viel Prozent der PädagogInnen erlauben das Trinken geeigneter Getränke (zum Beispiel Wasser, ungesüßte Früchte- oder Kräutertees bzw. gespritzte Fruchtsäfte) im Unterricht?

Fassen Sie Ihre Aktivitäten bitte zusätzlich in einem kurzen Erfahrungsbericht (max. 200 Wörter) zusammen und bauen Sie **Beispielfotos** zur Veranschaulichung ein!

Verlosung

Alle Schulen, die die oben genannten drei Kriterien einer „Schlau-Trinken-Schule“ erfüllen, nehmen im März 2011 an einer **Verlosung** teil. Als Preis schenkt Rauch Fruchtsäfte einer Schule gesunde Getränke für das **abschließende Schulfest!*** Die Getränke werden dem Veranstalter bzw. Ausrichter des **Schulfestes** (zum Beispiel der Direktion oder dem Buffetbetrieb) zur Verfügung gestellt.

Zusätzlich zu diesem Preis erhalten **alle Schulen**, die das Projekt erfolgreich abschließen, **Plakate sowie das Projektlogo** für die Kommunikation über die Schulhomepage zur Verfügung gestellt.

*Teilnahmebedingungen (Verlosung)

1. Mit der Teilnahme an unserem Gewinnspiel erkennen Sie diese Teilnahmebedingungen an.
2. Die Teilnahme ist möglich durch die schriftliche Anmeldung an die am Anmeldeformular angeführte Adresse.
3. Die Gewinner-Schule wird telefonisch benachrichtigt. Der Gewinn kann nicht in bar eingelöst werden. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.
4. Teilnahmeberechtigt sind alle österreichischen Schulen, die ein Schulbuffet und/oder einen Getränkeautomaten haben.
5. Jede teilnehmende Schule erklärt sich mit der Verarbeitung ihrer Daten im Rahmen dieses Projektes einverstanden. Die Daten werden nicht weitergegeben.
6. Die teilnehmenden Schulen erklären sich einverstanden, dass von der Schule an „Schlau trinken“ gesendete Informationen (inkl. Fotos) rund um die Projektumsetzung auf der „Schlau-Trinken-Homepage“ sowie gegebenenfalls in ausgewählten Medien kommuniziert werden dürfen.
7. Die teilnehmenden Schulen erklären sich einverstanden, im Falle des Gewinnes verständigt zu werden.
8. Die Zustellung des Preises erfolgt per Spedition mit persönlicher Übergabe an die Schule bzw. den zuständigen Buffetbetreiber.
9. Ist eine Kontaktaufnahme mit der gewinnenden Schule innerhalb von 10 Werktagen nicht möglich oder erfolgt innerhalb dieser Frist keine Rückmeldung, verfällt der Gewinnanspruch und eine neue Gewinner-Schule wird bestimmt.
10. Anmeldeschluss für die Teilnahme ist der 30. September 2010.
11. Einreichschluss für die Projektunterlagen ist der 28. Februar 2011.

Anmeldeformular

Projekt: „Schlau-Trinken-Schule“

Besten Dank für Ihr Interesse am Projekt „Schlau-Trinken-Schule“.
Mit diesem Schreiben bestätigt die Schule die Anmeldung zum Projekt.

Bitte senden Sie das ausgefüllte Anmeldeformular per Post bis 30. September 2010 an:

Schlau trinken, Dr. Manuel Schätzer, Hainburgerstraße 53/4, 1030 Wien

Name der Schule:

Adresse (inkl. Bundesland) der Schule:

Telefonnummer der Schule:

E-Mail-Adresse der Schule:

Name, Telefonnummer und Mail-Adresse einer schulinternen Kontaktperson:

An der Schule gibt es ...

- ein Schulbuffet
- einen oder mehrere Getränkeautomaten

Mit dieser Anmeldung bestätigt die Schule weiters:

- ✓ dass die Schule auf der „Schlau-Trinken-Homepage“ (www.schlau-trinken.at) als Projektteilnehmer angeführt werden darf.
- ✓ dass die von der Schule an „Schlau trinken“ gesendeten Informationen (inkl. Fotos) (z.B. im Rahmen des Projektberichtes) rund um die Projektumsetzung auf der „Schlau-Trinken-Homepage“ sowie gegebenenfalls in ausgewählten Medien kommuniziert werden dürfen.

Unterschrift der Direktion:

Schulstempel:

Hinweis:

Alle teilnehmenden Schulen erhalten eine genaue Projektleitung zur Verfügung gestellt. Alle für die Projektumsetzung benötigten Unterlagen (Unterrichtsmaterialien etc.) stehen gratis auf www.schlau-trinken.at zum Download bereit.

Bei speziellen Fragen stehen wir Ihnen auch gerne unter info@schlau-trinken.at zur Verfügung.