

on

AOK
Die Gesundheitskasse.



AOK-SCHULSERVICE

INDIVIDUELLE BAUSTEINE FÜR IHREN UNTERRICHT

[AOK-ON.DE/NW](https://www.aok-on.de/nw)

VORWORT



Die Welt von heute wandelt sich sehr schnell. Damit Ihre Schüler mit diesem Tempo Schritt halten können, gestalten Sie den Unterricht an Ihrer Schule realitätsnah, bedarfsorientiert und zeitgemäß. So ermöglichen Sie Ihren Schülern einen optimalen Start ins Berufsleben.

Dabei helfen Ihnen Kontakte zur Wirtschaft und zu modernen Unternehmen. Auch die AOK NordWest unterstützt Sie bei Ihrem Vorhaben.

Durch unsere enge Zusammenarbeit mit vielen Arbeitgebern bieten wir Ihren Schülern optimale Einstiegschancen und einen reibungslosen Berufsstart. Als Marktführer unserer Region und als „Die Gesundheitskasse“ haben wir uns selbst zu proaktivem Handeln verpflichtet. Wir warten nicht auf Aufträge, sondern bieten unser Wissen und unsere Maßnahmen aktiv an.

Aufgrund unserer Erfahrung aus über 100 Jahren verfügen wir über umfassendes Know-how im Sozialversicherungsrecht. Auch in allen Bereichen rund um die Gesundheit sind wir Spezialisten, die mit mehr als nur Theorie begeistern.

Von diesem Fachwissen können Sie und Ihre Schüler profitieren. Wir bieten Ihren Schülern fundierte und erlebnisreiche Unterrichtsbausteine und helfen bei einem gesunden und gut vorbereiteten Start in eine erfolgreiche Zukunft.

Alle Seminare werden von erfahrenen AOK-Referenten und Kooperationspartnern geleitet.

Mit freundlichen Grüßen

Ihre
AOK NordWest
Die Gesundheitskasse.

Nutzen Sie unsere kostenlosen unterrichtsergänzenden Angebote!

LAUF WUNDER

LAUFABZEICHEN-WETTBEWERB LAUFWUNDER

INHALTE

Der Laufabzeichen-Wettbewerb begeistert Schülerinnen und Schüler für den gesunden Ausdauersport. Mitmachen können alle Schulen aus Schleswig-Holstein und Westfalen-Lippe.

Angemeldete Schülerinnen und Schüler erhalten vor dem Lauf ein motivierendes Silikon-Armband. So tragen alle von Anfang an ein teambildendes Symbol. Beim gemeinsamen Training bringen sich die Teilnehmer in Top-Form. Ob sie am Lauftag 15, 30 oder 60 Minuten laufen möchten, entscheiden sie selbst.

Nach dem offiziellen Lauf erhalten die Läufer eine Urkunde – unabhängig davon, wie lang oder schnell sie gelaufen sind. Alle Teilnehmer haben außerdem die Chance auf tolle Sachpreise. Die erfolgreichste Schule gewinnt ein Preisgeld.

Alle Informationen zum nächsten Laufwunder sowie die Anmeldeunterlagen finden Sie auf: aok-laufwunder.de

THEMEN

- Jährlicher Laufabzeichen-Wettbewerb
- Für alle Schulen in Schleswig-Holstein und Westfalen-Lippe
 - Silikon-Armband und Urkunde für alle Teilnehmer
 - Gewinnspiel mit attraktiven Preisen, Preisgeld für beste Schulen

TEILNAHME

Klasse: 1. bis 13. Jahrgang
Dauer: 2 Unterrichtsstunden
Termine: nach Absprache
Kosten: keine

In Zusammenarbeit mit



Ministerium für
Schule und Weiterbildung
des Landes Nordrhein-Westfalen



SCHÜLERPRAKTIKUM BEI DER AOK

INHALTE

Die Entscheidung, welchen Beruf sie ergreifen möchten, ist für junge Menschen gar nicht so einfach. Meist klingen die theoretischen Beschreibungen recht abstrakt. Einen deutlich anschaulicheren Eindruck des künftigen Berufs vermittelt ein Betriebspraktikum.

Daher laden wir Ihre Schüler herzlich ein, den Beruf des/der Sozialversicherungsfachangestellten in der Praxis unter die Lupe zu nehmen. Für einen umfassenden Überblick durchlaufen die Schülerpraktikanten verschiedene Abteilungen in unserem Unternehmen. So gewinnen sie möglichst viele Eindrücke von den vielfältigen Themengebieten, die der Beruf mit sich bringt. Mit dieser Erfahrung fällt die Entscheidung für oder gegen den Beruf Sozialversicherungsfachangestellte/-r deutlich leichter.

Unsere erfahrenen AOK-Referenten geben Ihnen gerne mehr Informationen zu einem Schülerpraktikum bei der AOK NordWest.

THEMEN

- Beruf: Sozialversicherungsfach-angestellte/-r
- Information
- Einsatzgebiete
- Ausbildung
- Zukunft

TEILNAHME

Klasse: 9. bis 12. Klasse

Dauer und Termine: nach Absprache

Kosten: keine

BE SMART – DON'T START

INHALTE

Der bundesweite Wettbewerb Be smart – don't start soll Schüler dazu motivieren, gar nicht erst mit dem Rauchen anzufangen. Er richtet sich daher besonders an Klassen, in denen noch nicht geraucht wird oder in denen nur wenige Schüler rauchen.

Mitmachen können 6. bis 8. Klassen aller Schulen. Einzige Voraussetzung: Mindestens 90 Prozent der Schüler der Klasse entscheiden sich in einer Abstimmung dafür, dass sie nicht rauchen wollen.

Die Regeln sind ganz einfach: Die Schüler unterschreiben einen Vertrag, in dem sie sich verpflichten, innerhalb eines bestimmten Zeitraums nicht zu rauchen. Einmal wöchentlich geben alle Schüler an, ob sie geraucht haben oder nicht. Bejahen mehr als zehn Prozent diese Frage, scheidet die Klasse aus dem Wettbewerb aus. Am Ende jedes Monats sendet die Schulklasse eine Postkarte an die Wettbewerbsleitung oder meldet sich online zurück, um zu bestätigen, dass sie noch im Rennen ist. Alle Klassen, die in dem Wettbewerbszeitraum rauchfrei blieben, erhalten für die erfolgreiche Teilnahme ein Klassenzertifikat. Unter ihnen werden zahlreiche Geld- und Sachpreise sowie eine Klassenfahrt verlost. Zusätzliche Preise gibt es für Klassen, die zum wiederholten Male an dem Wettbewerb teilnehmen.

Der Wettbewerb „Be smart – don't start“ wird vom IFT-Nord durchgeführt und von der AOK NordWest unterstützt.

Weitere Informationen und Kontaktdaten:
Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung gGmbH
Harmsstraße 2 · 24114 Kiel
Tel.: 0431 570 29 70 · Fax: 0431 570 29 29
E-Mail: besmart@ift-nord.de · Internet: besmart.info

THEMEN

- Bundesweiter Wettbewerb für rauchfreie Schulklassen
- Förderung des Nichtrauchens bei Jugendlichen
- Begleitende gesundheitsfördernde Maßnahmen

TEILNAHME

Klasse: 6. bis 8. Klasse

Dauer und Termine: November bis April

Kosten: keine

In Zusammenarbeit mit



Das Logo Be smart – don't start ist im Besitz des Transport for London und ein eingetragenes Warenzeichen.

JOBKOMPASS

INHALTE

Der JobKompass ist eine Online-Anwendung der AOK NordWest, die Ihren Schülern jederzeit per Mausklick zur Verfügung steht. Wer noch unsicher in Sachen Berufswahl ist, dem bietet ein qualifizierter JobTest eine richtungsweisende Entscheidungshilfe. Zudem gibt's wertvolle Tipps zur Vorbereitung auf Bewerbungsgespräche – inklusive interaktiver Videobeispiele, Checklisten und Hilfe beim Umgang mit Absagen. Natürlich bieten wir dort auch wichtige Infos rund um den Berufsstart.

Unsere erfahrenen AOK-Referenten zeigen Ihnen in einem Einführungskurs gerne den Umgang mit der Online-Anwendung JobKompass.

THEMEN

- Hilfe bei der Berufswahl
- Richtungsweisender JobTest
- Tipps zum Berufsstart
- Bewerbungsgespräche
- Umgang mit Absagen
- Freie Ausbildungsplätze

TEILNAHME

Klasse: alle Abschluss- und Vorabschlussklassen

Dauer und Termine: nach Absprache

Kosten: keine

Anmeldung und weitere Infos:

aok-jobkompass.de

Nicht-AOK-Versicherte nehmen über die Code-Karte des Schulbetreuers teil.



NATÜRLICH ERLEBEN – LERNEN IM GRÜNEN

INHALTE

Das Projekt „Natürlich Erleben“ bietet Schülerinnen und Schülern der 7. und 8. Klassen einen erlebnisorientierten Unterricht. An vier Projekttagen wird ein intensiver Zugang zur Natur geboten. Das Projekt lädt dazu ein, beim Draußensein sein Neues zu entdecken, Grenzen auszuloten und vielleicht auch über sich hinauszuwachsen.

Schülerinnen und Schüler entdecken im Rahmen der Erlebnispädagogik die Natur als Bewegungsraum, erfahren durch Gemeinschaftsaufgaben wie der Teamgeist gestärkt werden kann, lernen Pflanzen und Tiere zu bestimmen und durch Entspannung den eigenen Körper bewusst wahrzunehmen.

Ziel ist es, dass starke Schülerinnen und Schüler zu starken Klassen werden!

THEMEN

- Bewegung
- Soziales Miteinander
- Umwelt
- Entspannung
- Lernen in der Natur

TEILNAHME

Klasse: 7. und 8. Klasse

Dauer: 4 Tage

Kosten: keine

Termine: individuell nach Absprache

Kosten: keine

KLARSICHT-PARCOURS

INHALTE

Durchführung durch die Landesstelle für Suchtfragen Schleswig-Holstein e. V. in Kooperation mit regionalen Suchtberatungsstellen und der Koordinationsstelle Schulische Suchtvorbeugung im Rahmen der Kampagne Fun statt Vollrausch – Schleswig-Holstein feiert richtig.

Immer häufiger berichten die Medien darüber, dass junge Leute in ihrer Freizeit übermäßig viel Alkohol trinken. Das sogenannte Koma-Saufen scheint fester Bestandteil der Jugendkultur zu sein. Ihr erstes Glas Alkohol trinken Jugendliche mit durchschnittlich 14 Jahren. Mit 15,5 Jahren haben sie ihren ersten Alkoholrausch.

Auch die Suchtgefahren durch Rauchen und Glücksspiel sind ernst zu nehmen: 18 Prozent der 12- bis 17-Jährigen beiderlei Geschlechts schätzen sich als Raucherinnen und Raucher ein. Außerdem richten sich die neuen Glücksspiel-Varianten auch an junge Konsumenten. So liegt z. B. die Wachstumsrate beim Online-Pokern bei 40 Prozent.

Eine frühzeitige Intervention ist unerlässlich, um jugendliche Zielgruppen altersgerecht über Suchtgefahren aufzuklären. In den sieben Stationen des Parcours erfahren sie alles über die Gefahren von Alkohol, Rauchen und Glücksspiel. Ziel ist, sie zu einem kritischen Umgang mit Suchtrisiken anzuregen. Mit seinem interaktiven Konzept eignet sich der Parcours für alle weiterführenden Schularten. Die Jugendlichen durchlaufen den Parcours im Rotationsverfahren in vier Gruppen mit zehn bis zwölf Personen. Jede Gruppe ist 15 Minuten lang an jeder Station.

Der Parcours KlarSicht Schleswig-Holstein wurde nach dem qualitätsgesicherten Konzept des KlarSicht-Mitmach-Parcours der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, ZgA Köln, entwickelt.

THEMEN

- Alkohol
- Rauchen
- Glücksspiel

TEILNAHME

Klasse: 7. bis 10. Klasse

Dauer: 90 Minuten pro Parcours

Termine: nach Absprache

Kosten: keine

In Zusammenarbeit mit



Landesstelle
für Suchtfragen
Schleswig-Holstein e.V.



SUCHTPRÄVENTION

INHALTE

Synthetische Substanzen kennen Schüler heutzutage nicht mehr nur aus dem Chemieunterricht. Auch Alkohol in der Schule ist längst ein ernst zu nehmendes Thema. Der Einstieg ist leicht und eine Abhängigkeit schnell erreicht.

Eine Repräsentativbefragung der Landesstelle gegen Suchtgefahren zeichnet ein klares Bild: Das durchschnittliche Einstiegsalter liegt aktuell bei zwölf Jahren. Die dramatischen Folgen für die Betroffenen und für die Gemeinschaft sind bekannt. Um dieser Entwicklung rechtzeitig entgegenzuwirken, bietet der AOK-Schulservice Ihren Schülern einen Workshop zum Thema Suchtprävention an.

Ziel ist es, eine individuelle Handlungskompetenz der Schüler aufzubauen. Sie lernen, wie sie sich vor Sucht-mitteln und eventuellen Verlockungen erfolgreich schützen. Ermöglichen Sie Ihren Schülern, Eigenverantwortung zu übernehmen.

THEMEN

- Workshop der regionalen Suchtberatungsstelle
- Rauchen
- Ecstasy
- Haschisch
- Alcopops
- Alkohol

TEILNAHME

Klasse: alle Vorabschlussklassen

Dauer: individuell

Termine: nach Absprache

Kosten: ggf. finanzielle Beteiligung der Schule

In Zusammenarbeit mit dem



Schleswig-Holstein
Ministerium für Bildung
und Wissenschaft des
Landes Schleswig-Holstein



ALCOMEDIA – VOLL DAS LEBEN

INHALTE

Alkohol und Medien? Auf den ersten Blick eine merkwürdige Kombination. Schaut man genauer hin, sind Parallelen zu erkennen. Beides kann abhängig machen und ist bei starkem Konsum gesundheitsgefährdend. In diesem Projekt geht es um den verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol und Medien.

Anhand einer App auf einem Tablet-PC werden in sechs Stationen die kurz- und langfristigen Auswirkungen von Alkohol gezeigt. Dazu gehört auch, Mythen und Gerüchte über Alkohol zu hinterfragen und aus der Welt zu schaffen. Abschließend geht es an die „virtuelle Theke“. Hier kann jeder herausfinden, wie viel Promille ihm die letzte Party beschert hat.

Im Bereich Medien stellt sich die Frage: Entspannter Umgang mit der medialen Überflutung oder doch die volle Dröhnung? Denn Fakt ist, Überreizung wirkt sich stark auf die Konzentration aus. Es werden Schutzfaktoren gezeigt und das Computernutzungsverhalten wird anhand eines Selbsttests kritisch hinterfragt.

Durchführung durch die Landesstelle für Suchtfragen Schleswig-Holstein e. V. in enger Zusammenarbeit mit regionalen Beratungsstellen.

THEMEN

- Alkohol
- Sucht
- Medien

TEILNAHME

Klasse: ab der 10. Klasse

Dauer: 90 Minuten pro Einheit

Termine: nach Absprache

Kosten: keine

In Zusammenarbeit mit



Landesstelle
für Suchtfragen
Schleswig-Holstein e.V.

DATENSCHUTZ



Die AOK NordWest und die Schulen arbeiten **seit vielen Jahren** Hand in Hand. Unsere zahlreichen Aktionen, zum Beispiel zur Suchtprävention, machen auch außerhalb des Lehrplans von sich reden. Denn wir möchten, dass Kinder und Jugendliche gesund sind – und bleiben. Wir begleiten viele Schüler jahrelang und unterstützen sie auch nach ihrem Schulabschluss – zum Beispiel mit einem **professionellen Bewerbungstraining** und wichtigen Infos zum Berufsstart.

Grundvoraussetzung dafür ist, dass wir uns nicht aus den Augen verlieren. Dazu benötigen wir einige persönliche Daten sowie die Einwilligungserklärung der Schüler. Diese speichern wir mit ihrer Zustimmung – nach den **aktuellsten Datenschutzbestimmungen**. Nur so können wir die Schüler über interessante Neuigkeiten oder wichtige Gesetzesänderungen schnell auf dem Laufenden halten.

Datenschutz steht für uns an erster Stelle. Darum haben wir wichtige Standards entwickelt: Wir verwenden Schülerdaten ausschließlich, um Ihre Schüler über Aktionen und Angebote der AOK NordWest zu informieren. Den Schülern wird zusätzlich eine gesonderte **Information für die Eltern** ausgehändigt. Wir geben die Daten in keinem Fall an Dritte weiter.

Der Datenschutz bei Schülern ab 15 Jahren orientiert sich an der sogenannten Einsichtsfähigkeit. Man geht davon aus, dass Schüler ab diesem Alter selbst entscheiden können, was mit ihren Daten passiert. Voraussetzung dafür ist, dass sie verstehen, wozu die AOK NordWest ihre Daten und Einwilligungserklärungen nutzt. Unsere Mitarbeiter erklären Ihren Schülern ganz genau, was mit ihren Angaben geschieht. Der Gesetzgeber sieht die Einsichtsfähigkeit bei Kindern unter 15 Jahren als nicht gegeben an. Daher erheben wir in dieser Altersgruppe nur Daten und Einwilligungserklärungen mit dem Einverständnis des gesetzlichen Vertreters.

Wichtig ist auch: Die Datenbestände werden nach fünf Jahren gelöscht. Das Einverständnis zur Datenspeicherung kann jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen werden – ein Anruf unter der Servicenummer **0800 265 5000** genügt. Im Falle des Widerrufs erhält der Schüler eine schriftliche Bestätigung der Löschung.