Handreichung für Lehrkräfte zur Lernwelt SDG 3: Gesundheit und Wohlergehen



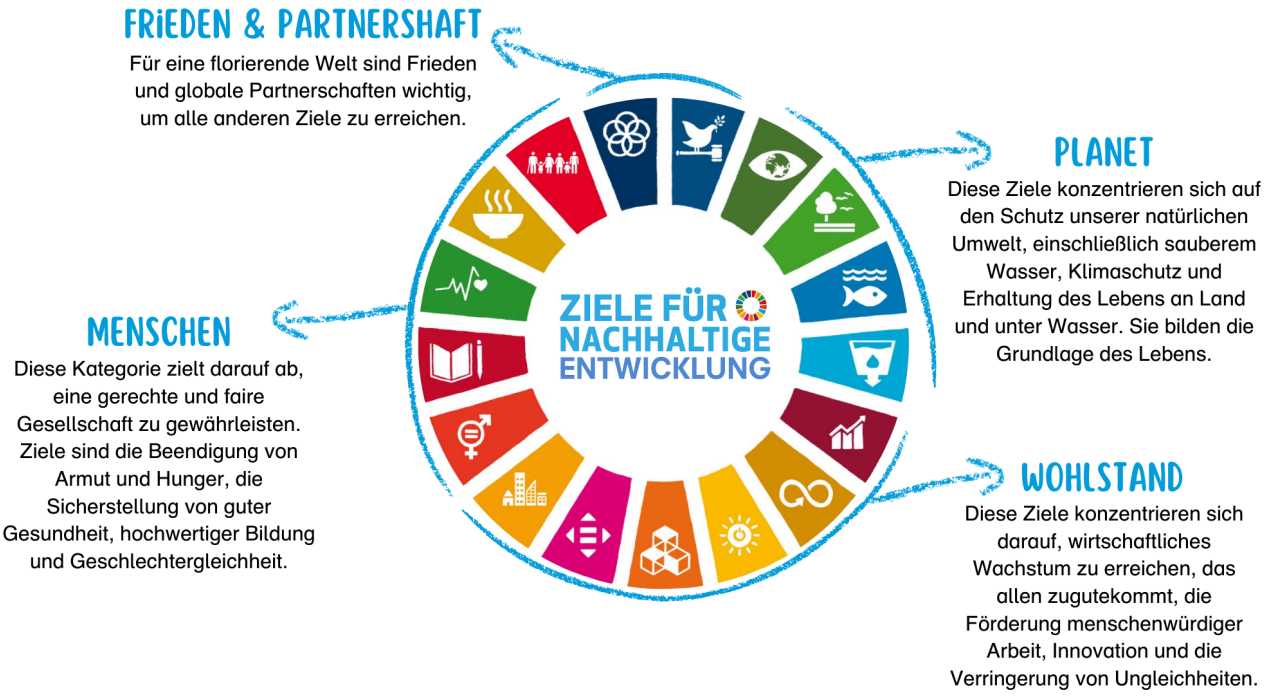
Ein gesundes Leben für alle Menschen jeden Alters gewährleisten und ihr Wohlergehen fördern

Diese Lernwelt konzentriert sich auf das Verständnis verschiedener Formen von Gesundheit und Wohlbefinden sowie auf die Bedeutung von gemeinschaftlichem Handeln und Sexualerziehung. Weitere mögliche Themen können Krankheiten und der Missbrauch von Gesundheit sein. Die Lernwelt bietet Ideen und Komponenten, die Sie in Ihren Unterricht integrieren können: Eine interaktive Boardstory mit ergänzenden Übungen, ein Glossar mit den wichtigsten Begriffen der Lernwelt, zusätzliche Übungen zur Festigung und weiteren Reflexion der Inhalte von SDG 3 sowie Beispiele für die Verbindungen zwischen diesem SDG und anderen.

Kofinanziert von der Europäischen Union
DBU Kofinanziert von Deutsche Bundesstiftung Umwelt

Einführung in die Lernwelt SDG 3

Die von den Vereinten Nationen festgelegten Ziele für nachhaltige Entwicklung (SDGs) dienen als globaler Fahrplan zur Bewältigung drängender sozialer, wirtschaftlicher und ökologischer Herausforderungen. Diese 17 miteinander verbundenen Ziele zielen darauf ab, bis 2030 eine gerechtere und nachhaltigere Welt zu schaffen. Die Integration der SDGs in die Bildung ist entscheidend, um junge Lernende zu befähigen, globale Herausforderungen zu verstehen und Maßnahmen für eine bessere Zukunft zu ergreifen.



Diese Lernwelt konzentriert sich auf SDG 3: Gesundheit und Wohlergehen und bietet innovative Bildungsressourcen, die darauf abzielen, Grundschülerinnen und Grundschüler (im Alter von 9 bis 11 Jahren).

Einführung in die Handreichung

Diese Handreichung bietet Pädagoginnen und Pädagogen einen strukturierten, aber anpassbaren Rahmen, einschließlich Hintergrundinformationen, direkt umsetzbarer Arbeitsblätter, praktischer Beispiele und didaktischer Methoden. Alle Inhalte können eingesetzt werden, ohne dass spezifische Vorkenntnisse zum Thema erforderlich sind. Sie bauen aufeinander auf, können aber auch unabhängig voneinander und individuell durchgeführt werden. Natürlich können Sie Anpassungen vornehmen, wenn nötig. Die modulare Struktur ermöglicht eine flexible Umsetzung - der Unterricht kann je nach Zeitvorgaben und Vorkenntnissen der Kinder nacheinander oder einzeln durchgeführt werden.

Er eignet sich ideal für Fachunterricht oder projektbasiertes Lernen und kann auch außerhalb des traditionellen Klassenzimmers von Umweltschutzgruppen und Vereinen genutzt werden.

Kofinanziert von der Europäischen Union
DBU Kofinanziert von Deutsche Bundesstiftung Umwelt

Inhaltsverzeichnis

Verwendung der Boardstory und des Lehrmaterials 3

Lernziele 3

Glossar 4

Übungen für SDG 3 7

Übersicht der Übungen 7
- DIE BOARDSTORY ERKUNDEN 8
- MEINE GESUNDHEITSGEWOHNHEITEN BEWERTEN 9
- KRANKHEITEN VERSTEHEN 10
- WERTSCHÄTZUNGSDUSCHE 15
- DIE ROLLE VON HYGIENE UND DEINEM GESCHLECHT 15
- WIE WERBUNG DEINE GESUNDHEIT BEEINFLUSST 16
- RISIKOFAKTOREN VERSCHIEDENER GRUPPEN 17
- GESUND SEIN IN DEINER STADT 20
- HANDELN 20

Verbindungen zu anderen SDGs 22

Verwendung der Boardstory und des Lehrmaterials

Sehen Sie sich zusammen mit Ihren Schülerinnen und Schülern die kurze und faktenbasierte Boardstory zu SDG 3 an. Wenn Begriffe unklar sind, können die Kinder unbekannte Begriffe und Fragen aufschreiben, damit sie nach dem Anschauen der Boardstory geklärt werden können. Fragen der Lernenden können auch die Möglichkeit für weiteres Lernen und Recherchen schaffen.

Sehen Sie sich die Boardstory ein zweites Mal an und verwenden Sie die Pausetaste des Players, um Verständnisfragen zu stellen. Nutzen Sie die interaktiven Übungen, die in die Boardstory eingebettet sind. Die drei Übungstypen - Suchspiel, Impulsfragen und Quiz - ermöglichen es Ihnen, den Inhalt zu diskutieren, das Verständnis zu verbessern und das Wissen über SDG 3 zu vertiefen.

Nach dem Ansehen der Boardstory können Sie den Lernprozess mit dem Ärbeitsheft für Lernendeërweitern und vertiefen. Für alle darin enthaltenden Übungen stehen in dieser Handreichung im Abschnitt ”Übungen für SDG 3“ Hintergrundinformationen, didaktische Anmerkungen und Erklärungen zur Verfügung.

Lernziele

Der Erwerb von Kompetenzen für nachhaltige Entwicklung[1] ist Teil eines lebenslangen Lernprozesses. Die in dieser Lernwelt bereitgestellte Boardstory und die begleitenden Übungen initiieren diesen Prozess und helfen den Lernenden, Wissen zu erwerben, kritisch zu reflektieren und sinnvolle Maßnahmen zu ergreifen. Nach Abschluss dieser Einheit wird empfohlen, die Entwicklung der gewünschten Kompetenzen für nachhaltige Entwicklung zu fördern,

Kofinanziert von der Europäischen Union DBU Kofinanziert von Deutsche Bundesstiftung Umwelt

z. B. durch das Lehren weiterer Lernwelten. So erweitern Sie die Fähigkeiten der Schülerinnen und Schüler weiter.

Mit diesem Gedanken zielen die Lernziele dieser speziellen Lernwelt in erster Linie darauf ab, ein grundlegendes Verständnis für das jeweilige SDG und die damit verbundenen Zusammenhängen für Kinder im Alter von neun bis elf Jahren zu entwickeln. Der Erwerb und die Erweiterung von Kompetenzen für nachhaltige Entwicklung ist wünschenswert, kann jedoch nur durch kontinuierliches Vertiefen und Lernen erreicht werden.

Nach der Auseinandersetzung mit dieser Lernwelt werden die Lernenden in der Lage sein:

- die Konzepte von (körperlicher und mentaler) Gesundheit, Hygiene und Wohlbefinden zu erklären.
- die Rolle des eigenen Verhaltens für Gesundheit und Wohlbefinden zu diskutieren (z. B. Ernährung, Pausen einlegen, Bewegung etc.).
- zu erörtern, wie das eigene Verhalten die Gesundheit und das Wohlbefinden anderer beeinflussen kann (z. B. respektvolles Handeln).
- die Rolle des persönlichen Umfelds zu diskutieren und wie dieses zumindest teilweise beeinflusst werden kann (z. B. durch Wahl von Freundschaften, Sauberhalten eines Ortes etc.).
- anzuerkennen, dass es äußere Faktoren wie die Umwelt/Umgebung gibt, die – wenn überhaupt – nur kollektiv beeinflusst werden können (z. B. politische Maßnahmen, Entsiegelung/Begrünung von Flächen; ausreichende Bänke; ausreichend Trinkbrunnen, ausreichende physische und psychische Gesundheitsversorgung sowie Zugang dazu etc.).
- zu erkennen, dass die Gesundheit und das Wohlbefinden anderer ebenfalls von anderen mitverantwortet werden müssen (Gesundheit ist kein rein privates Problem).
- zu verstehen, dass Krankheiten vielfältige Konzepte sind, die individuell unterschiedlich auftreten und wahrgenommen werden können.
- gesundheitsfördernde Verhaltensweisen in ihren Alltag zu integrieren und Hilfe für sich selbst und andere zu suchen.
- die Bedeutung von Geschlecht für Gesundheit und Wohlbefinden zu diskutieren, z. B. dass weibliche Körper Menstruationsprodukte benötigen, die nicht immer zugänglich sind.
- zu erklären, dass es Menschen gibt, die aufgrund eingeschränkten Zugangs zu Gesundheitsversorgung eine höhere Vulnerabilität aufweisen (insbesondere marginalisierte Gruppen).
- die Auswirkungen von Werbung auf Gesundheit und Wohlbefinden zu vergleichen.
- andere zu motivieren, so zu handeln und zu entscheiden, dass Gesundheit und Wohlbefinden für alle gestärkt werden.

[1] Für mehr Informationen, besuchen Sie `https://joint-research-centre.ec.europa.eu/greencomp-european-sustainability-competence-framework_en`

Kofinanziert von der Europäischen Union DBU Kofinanziert von Deutsche Bundesstiftung Umwelt

Glossar

Dieses Glossar bietet Erklärungen zu den wichtigsten Begriffen der Lernwelt. Es ist in einfacher Sprache verfasst, um das Verständnis zu erleichtern und richtet sich direkt an die Lernenden.

Alle Menschen auf der Welt sollten unabhängig von Alter, Geschlecht oder Herkunft den gleichen Zugang zu Gesundheitsversorgung haben
Jede Person hat unterschiedliche Merkmale, die ihr Leben beeinflussen. Dazu gehört zum Beispiel, wie alt sie ist, wie sie sich selbst identifiziert – etwa als weiblich, männlich oder weder noch (siehe auch Geschlechtsidentität), wie viel Geld sie zur Verfügung hat, welche Hautfarbe sie hat oder wo auf der Welt sie lebt. Es gibt noch viele weitere Faktoren, aber sie haben gemeinsam, dass sie beeinflussen können, gesund zu sein und zu bleiben. Zum Beispiel, wenn notwendige Medikamente zu teuer sind, Krankenhäuser zu weit entfernt liegen oder Krankheiten nur an Männern erforscht wurden, obwohl dieselbe Krankheit bei Frauen oder intersexuellen Menschen anders aussehen kann. Das bedeutet, dass unabhängig davon, wer man ist und welche Merkmale das eigene Leben beeinflussen, jede Person Zugang zu einem Gesundheitssystem haben sollte, das sie dabei unterstützt, gesund zu sein – unabhängig davon, wo auf der Welt sie lebt.

Biologisches und soziales Geschlecht
Das biologische Geschlecht einer Person bezieht sich auf ihre körperlichen Merkmale und ihre Anatomie, die mit der Fortpflanzung zusammenhängen, wie etwa unterschiedliche Körperteile. Das Geschlecht einer Person kann als weiblich, männlich oder intersexuell kategorisiert werden. Intersex beschreibt natürliche Variationen biologischer oder physiologischer Merkmale, die nicht in die traditionellen Definitionen von männlich oder weiblich passen, z. B. wenn die äußeren Geschlechtsmerkmale nicht eindeutig zuzuordnen sind. Neben dem biologischen Geschlecht gibt es auch das soziale Geschlecht. Hierbei werden weibliche und männliche Eigenschaften mit bestimmten Normen, Rollen, Verhaltensweisen und Beziehungen verbunden. Zum Beispiel, wenn Menschen glauben, dass Mädchen und Frauen für den Haushalt verantwortlich sein sollten und Jungen und Männer überhaupt nicht – dies sind Rollen, die einer Gruppe von Menschen zugewiesen wurden, obwohl sie zu Ungerechtigkeit und Nachteilen für weibliche Personen führen. Normen, Rollen und Verhaltensweisen können je nach kulturellen Werten oder religiösen Überzeugungen variieren. Sie können sich auch im Laufe der Zeit ändern. Das bedeutet, dass wir uns entscheiden können, eine bestimmte Norm oder ein bestimmtes Verhalten zu hinterfragen und zu beschließen, es nicht weiterzugeben – zum Beispiel, weil wir gelernt haben, dass es anderen schaden oder sie benachteiligen könnte.

Gesundheit
bedeutet in der Regel, dass man keine Krankheit, kein Leiden oder keine Gebrechen hat. Mit anderen Worten: Es gibt keine Krankheit oder kein Leiden im Körper, im Geist oder im Herzen. Deshalb beurteilen oft medizinische Fachkräfte, ob jemand gesund ist oder nicht. Es gibt jedoch unterschiedliche Meinungen dazu. Manche glauben, dass Gesundheit mehr ist als nur „nicht krank zu sein“. Sie denken: Man ist nur gesund, wenn man sich vollkommen wohlfühlt. Andere würden in diesem Fall eher von Wohlbefinden sprechen.

Kofinanziert von der Europäischen Union DBU Kofinanziert von Deutsche Bundesstiftung Umwelt

Gesundheitsversorgung
bedeutet, sich um Menschen zu kümmern, wenn sie krank sind, und ihnen zu helfen, gesund zu bleiben.

Hygiene
ist das, was man tut, um sich selbst und sein Zuhause sauber zu halten. Es hilft, Krankheiten und die Verbreitung von Infektionen zu verhindern.

Wohlbefinden
bedeutet, sich glücklich und gut mit seinem Leben zu fühlen. Es geht nicht nur darum, gesund zu sein, sondern auch darum, Dinge zu tun, die einem wichtig sind, und sich mit anderen verbunden zu fühlen. Menschen, die zum Beispiel im Rollstuhl sitzen, können sich wohlfühlen. Auch Menschen, bei denen eine Krankheit diagnostiziert wurde, können sich wohlfühlen. Gesundheit und Wohlbefinden sind nicht leicht voneinander zu unterscheiden. Vielleicht lässt es sich so zusammenfassen: Wohlbefinden dreht sich mehr darum, ob sich eine Person gut, gesund und glücklich mit ihrem Leben fühlt. „Fühle ich mich wohl?“ – Diese Frage kann jeder für sich selbst ganz unterschiedlich beantworten. Bei der Gesundheit hingegen können auch medizinische Fachkräfte feststellen, wann man nicht gesund ist.

Kofinanziert von der Europäischen Union
DBU Kofinanziert von Deutsche Bundesstiftung Umwelt

Übungen für SDG 3

Die Boardstory ist das Herzstück der interaktiven Lernwelt. Nach dem Ansehen kann der Lernprozess mit dem 'Arbeitsheft für Lernende' erweitert und vertieft werden. Das ist ein separates Dokument, gefüllt mit verschiedenen Übungen, die die Erreichung der gewünschten Lernziele weiter unterstützen.

Nach dem Ansehen der Boardstory schlagen wir vor, mit der ersten Übung 'DIE BOARDSTORY ERKUNDEN' zu beginnen. Alle anderen Übungen können unabhängig voneinander eingesetzt werden.

Übersicht der Übungen

Übung	Benötigtes Material	Ungefähre Bearbeitungszeit
DIE BOARDSTORY ERKUNDEN	Boardstory 'SDG 3: Gesundheit und Wohlergehen', Arbeitsblätter und interaktive Übungen	90 Min.
MEINE GESUNDHEITS-GEWOHNHEITEN BEWERTEN	-	15 Min.
KRANKHEITEN VERSTEHEN	Arbeitsblätter	20 Min.
WERTSCHÄTZUNGSDUSCHE	Arbeitsblätter	15 Min.
DIE ROLLE VON HYGIENE UND DEINEM GESCHLECHT	Arbeitsblätter	15 Min.
WIE WERBUNG DEINE GESUNDHEIT BEEINFLUSST	-	30 Min.
RISIKOFAKTOREN VERSCHIEDENER GRUPPEN	Arbeitsblätter	30 Min.
GESUND SEIN IN DEINER STADT	Karte der Stadt / des Dorfes / der Nachbarschaft	30 Min.
HANDELN	Brainstorming-Arbeitsblatt; Materialien zur Gestaltung von Plakaten	45 Min.

Kofinanziert von der Europäischen Union DBU Kofinanziert von Deutsche Bundesstiftung Umwelt

Verschiedene Symbole führen Sie durch Hintergrundinformationen, didaktische Anmerkungen und verfügbare Arbeitsblätter:



Markierung: Hintergrundinformationen



Markierung: Didaktische Anmerkungen



Markierung: Arbeitsblatt für Lernende

DIE BOARDSTORY ERKUNDEN

Diese Übung ist eine Verlängerung, die den Lernenden hilft, das Gelernte mit dem Inhalt der Boardstory zu verknüpfen. Durch Diskussion und Reflexion werden sie wichtige Themen wiederholen, ihr Verständnis verstärken und reale Anwendungen der Botschaft der Geschichte erkunden.

Teil 1:

Sehen Sie sich mit den Lernenden die kurze, faktenbasierte SDG 3 Boardstory an. Führen Sie eine erste Diskussion und lösen Sie die integrierten interaktiven Aufgaben.



Bevor Sie die Boardstory zum ersten Mal ansehen, geben Sie den Lernenden eine Zuhöraufgabe: ”Was lernst du in der Boardstory?” Möglicherweise mit dem Zusatz: ”Merke dir mindestens drei Dinge.”

Dann lassen Sie die Lernenden, die Boardstory beschreiben, indem Sie folgende Fragen stellen:

- Was ist in der Boardstory passiert?
- Was hat euer Interesse geweckt und warum?
- Warum ist es wichtig, dass alle Menschen gesund sein und gesund bleiben können?

Teil 2:

Arbeiten Sie (weiter) mithilfe der Arbeitsblätter.



Teilen Sie die Arbeitsblätter ’DIE BOARDSTORY ERKUNDEN’ aus dem Arbeitsheft für Lernende aus, um die Lernenden in den Inhalt der SDG 3 Boardstory einzubinden.

Kofinanziert von der Europäischen Union DBU Kofinanziert von Deutsche Bundesstiftung Umwelt

MEINE GESUNDHEITSGEWOHNHEITEN BEWERTEN

Diese Übung konzentriert sich darauf, welche Aktivitäten als gesund gelten und/oder zum Wohlbefinden beitragen könnten. Sie hilft den Lernenden nicht nur dabei, ihre eigenen Gewohnheiten zu bewerten, sondern auch die größere Rolle von Familie und Gemeinschaft bei der Unterstützung eines gesunden Lebensstils zu verstehen.

Schritt 1: Aktivitäten sammeln



Bitten Sie die Lernenden, aufzuschreiben, was sie am Vortag gemacht haben. Um Ehrlichkeit zu gewährleisten und peinliche Situationen zu vermeiden, können die Antworten anonym gesammelt werden. Dies kann geschehen, indem die Lernenden ihre Aktivitäten auf Zettel schreiben und abgeben oder indem ein Online-Tool wie `www.mentimeter.com` verwendet wird. Wenn Anonymität nicht notwendig ist, können Freiwillige ihre Aktivitäten einfach mit allen teilen.

Eine mögliche Anweisung könnte lauten: „Liste alle Aktivitäten auf, die du gestern gemacht hast.“
Falls nötig, können Sie mit Leitfragen helfen, damit die Schülerinnen und Schüler sich an Details erinnern:

- Wie lange hast du geschlafen?
- Was hast du morgens gemacht?
- Wie bist du zur Schule gekommen?
- Was hast du nach der Schule gemacht?
- Was hast du gegessen?

Schritt 2: Klassendiskussion

Schreiben Sie einige der gesammelten Aktivitäten an die Tafel (oder lassen Sie kleine Gruppen separat darüber diskutieren). Lassen Sie die Klasse dann analysieren, wie diese Aktivitäten die Gesundheit beeinflussen.

Diskussionsfragen:

- (Wie) Beeinflusst diese Aktivität deine Gesundheit?
- Wenn die Aktivität als ungesund gilt: Was müsste geändert werden, damit sie gesünder wird?

Beispielhafte Diskussionspunkte:

- Schlaf: Wie viel Schlaf gilt als gesund?
- Ernährung: War die Mahlzeit ausgewogen und nahrhaft?
- Bildschirmzeit: Wie beeinflusst zu viel Bildschirmzeit das Wohlbefinden?
- Bewegung: Warum ist sie wichtig? Und warum kann Sport sowohl gut als auch manchmal riskant sein?
- Soziale Zeit: Warum ist Zeit mit Freundinnen und Freunden wichtig für die mentale Gesundheit?

Kofinanziert von der Europäischen Union DBU Kofinanziert von Deutsche Bundesstiftung Umwelt

Schritt 3: Diskussion erweitern

Ermutigen Sie eine tiefergehende Reflexion, indem Sie fragen:

- Wer kann helfen, diese Gewohnheiten zu verbessern?
- Brauchen wir Unterstützung von anderen (Familie, Schule, Gemeinschaft), um gesunde Entscheidungen zu treffen?

Beispiele:

- Rücksicht nehmen: Leise zu sein, während andere schlafen, hilft ihnen, sich auszuruhen und sich wohlzufühlen.
- Wer sorgt für Zugang zu gesunden Lebensmitteln?
- Wie können wir persönliche Verantwortung (z. B. Begrenzung der Bildschirmzeit) mit äußerer Unterstützung (z. B. Zugang zu Parks für das Spielen im Freien) in Einklang bringen?
- Soziale Isolation vermeiden: Warum ist es wichtig, andere einzubeziehen und Isolation zu verhindern?

KRANKHEITEN VERSTEHEN

Diese Übung befasst sich mit Krankheiten, ihren Ursachen, Präventionsmöglichkeiten und globalen Unterschieden.

Schritt 1: Vorbereitung



Teilen Sie die Klasse in kleine Gruppen ein und motivieren Sie die Kinder gegebenenfalls, indem Sie ihnen sagen, dass sie für jede richtige Antwort Punkte sammeln können. Insgesamt sind 8 Punkte zu erreichen. Die Anweisung könnte lauten:
Lest die folgenden Texte über Krankheiten weltweit sorgfältig durch und beantwortet die Frage unter dem Text.



Nutzen Sie die Arbeitsblätter ”KRANKHEITEN VERSTEHEN”, um den Kindern Wissen zu verschiedenen Krankheiten zu vermitteln. Lassen Sie die Kinder die entsprechenden Fragen bearbeiten und besprechen Sie die Antworten danach im Plenum.

Nachfolgend finden Sie die richtigen Antworten auf die Fragen sowie zusätzliche Hintergrundinformationen zu den Krankheiten.

Malaria
Malaria ist eine Krankheit, die in tropischen Gegenden der Welt vorkommt, vor allem in Ländern Afrikas, Asiens sowie Süd- und Mittelamerikas. Sie wird durch eine bestimmte Art

Kofinanziert von der Europäischen Union DBU Kofinanziert von Deutsche Bundesstiftung Umwelt

von Mücke übertragen. Das bedeutet, eine Mücke muss dich stechen, damit du infiziert wirst. Man kann nur leichte Symptome wie Fieber, Kopfschmerzen oder Kältegefühl haben. Es ist jedoch auch möglich, an der Infektion zu sterben. Medikamente können helfen, eine beginnende Infektion zu stoppen. Heute kann man sich auch gegen Malaria impfen lassen[2].

Wie können Menschen verhindern, dass sie sich mit Malaria infizieren?

- Indem sie Mücken mit Moskitonetzen, Insektenschutzmitteln und langer Kleidung von ihrem Körper fernhalten.
- Es ist nicht möglich, eine Infektion zu verhindern.
- Indem sie regelmäßig ihre Hände waschen.

Bei der Präsentation der richtigen Antwort (fett markiert) können Sie diese Information hinzufügen: Mit dem Klimawandel infolge der Klimakrise ist es wahrscheinlich, dass sich Malaria auf andere Regionen der Welt ausbreiten wird, in denen die Krankheit bisher nicht aufgetreten ist, zum Beispiel in Europa[a]. Dies macht Wissen darüber, wie man sich schützt, und das Teilen dieses Wissens umso wichtiger.

[a]Kampen, H., und W.A. Maier (2008): Wird die Malaria wieder eine Gefahr für Europa?, in: Lozán, J.L. (Hg.): Warnsignal Klima. Gesundheitsrisiken. Gefahren für Pflanzen, Tiere und Menschen. Hamburg, Freiburg, Bonn, List/Sylt, 169-172.

Diabetes Typ 2
Manche Menschen haben eine Krankheit namens Typ 2 Diabetes. Das bedeutet, ihr Körper kann die Energie aus Lebensmitteln nicht richtig nutzen. Das passiert, weil ein besonderer Helfer im Körper, genannt Insulin, nicht so funktioniert, wie er sollte. Mit der Zeit kann das Probleme verursachen, wie Schwierigkeiten beim Blutfluss oder Schäden am Herzen, den Augen und den Nerven[3]. Aber keine Sorge – das ist nichts, was man von jemand anderem bekommen kann! Menschen können aus verschiedenen Gründen Typ 2 Diabetes bekommen. Es kann davon abhängen, was sie essen, wie viel sie sich bewegen und Sport treiben oder ob andere Familienmitglieder es auch haben.
Es gibt mehrere Gründe, warum die Zahl der Menschen, die Typ 2 Diabetes entwickeln, steigt[4]. Menschen essen weniger Gemüse, Obst und Vollkornprodukte als früher und ersetzen diese guten Lebensmittel durch zu viele verarbeitete Lebensmittel und zu viel Fleisch. Viele Menschen bewegen ihren Körper nicht genug oder machen keinen Sport. Typ 2 Diabetes tritt in jedem Land der Welt auf.

Was sind gute Möglichkeiten, Typ 2 Diabetes zu verhindern? (2 Antworten sind richtig)

- Bewege deinen Körper jeden Tag.
- Iss jeden Tag ein Steak.
- Iss regelmäßig grünes Gemüse (z. B. Brokkoli, Spinat, Grünkohl, Kohl ...).

Cholera
Wenn eine Person sich mit Cholera infiziert, ist das auffälligste Symptom normalerweise

[2]www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/malaria
[3]World Health Organisation. (o. J.). Diabetes. www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes
[4]Hu, F. B. (2011). Globalization of Diabetes. Diabetes Care, 34(6), 1249–1257. https://doi.org/10.2337/dc11-0442

Kofinanziert von der Europäischen Union DBU Kofinanziert von Deutsche Bundesstiftung Umwelt

Wenn Sie die richtige Antwort präsentieren, können Sie mitteilen: Typ-2-Diabetes kann durch einen gesunden Lebensstil verhindert werden. Sobald eine Person daran erkrankt ist, kann die Krankheit zwar nicht rückgängig gemacht werden, aber Betroffene können die Symptome lindern, zum Beispiel durch eine Umstellung der Ernährung und mehr Bewegung[a].

[a]Hu, F. B. (2011). Globalization of Diabetes. Diabetes Care, 34(6), 1249–1257. https://doi.org/10.2337/dc11-0442

Durchfall. Die Krankheit ist leicht mit Medikamenten behandelbar. Menschen bekommen die Krankheit, wenn sie mit oder durch schmutziges Wasser in Kontakt kommen oder es trinken. Das ist normalerweise in Regionen der Welt der Fall, in denen Menschen keinen Zugang zu Toiletten, Duschen oder sauberem Wasser zum Trinken und Händewaschen haben[5].

Was kann eine Gemeinschaft tun, um Cholera in ihrer Region zu verhindern? (2 Antworten sind richtig)

- Die Region in einen Lockdown versetzen, bis die Krankheit unter Kontrolle ist.
- Sicherstellen, dass alle Menschen jeden Tag sauberes Wasser zum Kochen und Waschen verwenden können und Zugang zu einer Toilette haben.
- Menschen zu mehr Sport ermutigen.
- Menschen über die Krankheit und deren Prävention aufklären.

Beim Besprechen der richtigen Antworten können Sie ergänzen: Cholera tritt häufig in Regionen auf, die arm oder von Konflikten betroffen sind. Manchmal ist es nicht so einfach, die Ausbreitung der Krankheit zu verhindern[a].

[a]Cholera is endangering children globally | UNICEF. (o. J.). www.unicef.org/stories/cholera-is-endangering-children-globally

Opioid-Epidemie

Wenn Menschen starke Schmerzen haben, geben ihnen Ärzte Medikamente zur Hilfe. Diese Medikamente sind auch als Opioide bekannt. Einige Menschen nehmen sie gerne, obwohl sie nicht krank sind oder starke Schmerzen haben, weil sie für kurze Zeit negative Gefühle betäuben. Ohne einen Arzt, der ihnen sagt, wie viel sie davon nehmen sollen, nehmen Menschen mehr davon, als sie sollten, oder sie nehmen es öfter, als sie sollten. Das kann dazu führen, dass man nicht mehr aufhören kann, es zu nehmen, obwohl man es möchte. Das nennt man Sucht. Zu viel von Opioiden zu nehmen, kann Menschen töten. In den Vereinigten Staaten von Amerika haben viele Menschen dieses Problem, deshalb wird die Situation dort als Opioid-Epidemie bezeichnet[6]. Im Jahr 2023 starben täglich 300 Menschen in den USA, weil sie zu viel von diesen Opioiden genommen haben[7].

[5]World Health Organisation. (2023). Cholera. www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cholera

[6]Guy, G. P., Zhang, K., Bohm, M. K., Losby, J., Lewis, B., Young, R., Murphy, L. B., Dowell, D. (2017). Vital Signs: Changes in Opioid Prescribing in the United States, 2006–2015. Morbidity and Mortality Weekly Report, 66(26), 697–704. https://doi.org/10.15585/mmwr.mm6626a4

[7]National Center for Health Statistics. (2024, Juli 8). Products—Vital Statistics Rapid Release—Provisional Drug Overdose Data. www.cdc.gov/nchs/nvss/vsrr/drug-overdose-data.htm

Kofinanziert von der Europäischen Union DBU Kofinanziert von Deutsche Bundesstiftung Umwelt

Welche zwei Aussagen sind wahr?

- Die Opioid-Epidemie passiert, weil Menschen sich nicht oft genug die Hände waschen.
- Es wird als Epidemie bezeichnet, weil es so viele Menschen betrifft.
- Opioide können töten, wenn zu viel davon genommen wird.

Kofinanziert von der Europäischen Union
DBU Kofinanziert von Deutsche Bundesstiftung Umwelt

Wenn Sie über die korrekten Antworten sprechen, können Sie hinzufügen: Dieses Thema unterscheidet sich von den anderen Krankheiten, die bisher behandelt wurden, da es sich nicht um eine Krankheit handelt, die durch Kontakt mit einer kranken Person, verschmutztes Wasser oder Mücken übertragen wird. Wenn jedoch jemand von Substanzen wie Opioiden abhängig ist, wird dies dennoch als Krankheit bezeichnet. Das Gehirn funktioniert nicht mehr wie das einer gesunden Person. Menschen konsumieren weiterhin Opioide, obwohl sie wissen, dass es ihrem Körper schadet. Die Krankheit macht es ihnen schwer, damit aufzuhören.

Mentale Gesundheit

Mentale Gesundheit ist genauso wichtig wie die körperliche Gesundheit, denn sie beeinflusst, wie wir denken, fühlen und handeln[8]. Jeder kennt das Gefühl, manchmal wütend, traurig, besorgt oder genervt zu sein – das ist ganz normal. Besonders wenn etwas Trauriges passiert, wie wenn die Großeltern im Krankenhaus sind oder sterben, ist es verständlich, sich schlecht zu fühlen. Doch wenn solche Gefühle lange anhalten, könnte das ein Hinweis auf Probleme mit der mentalen Gesundheit sein, wie dauerhaftes Niedergeschlagensein oder Schlaflosigkeit. Viele Faktoren können dazu führen, zum Beispiel Mobbing, Einsamkeit oder das Gefühl, von niemandem verstanden zu werden. Die gute Nachricht ist, dass man aktiv etwas dagegen tun kann! Indem du Dinge machst, die dir Spaß bringen, Zeit mit deinen Freundinnen und Freunden verbringst und positive Beziehungen pflegst, kannst du dich selbst gut fühlen und anderen helfen, sich besser und eingeschlossen zu fühlen. Wenn jemand über längere Zeit nicht fröhlicher wird, gibt es auch Fachleute, die Unterstützung bieten. Hilfe zu suchen ist völlig in Ordnung und nichts, wofür man sich schämen muss.

Was kann zu schlechter mentaler Gesundheit führen?

- Andere mobben.
- Deine Großeltern besuchen.
- Zeit mit deinen Freundinnen und Freunden verbringen.

Beim Besprechen der richtigen Antwort können Sie auf die frühere Diskussion zur Impulsfrage (Erinnert ihr euch an eine Situation, in der ihr für jemanden da wart und ihr/ihm möglicherweise geholfen habt sich besser zu fühlen?) verweisen, um zu zeigen, dass die Lernenden bereits Strategien kennen, um ihre mentale Gesundheit zu stärken.

Neben der Diskussion mit den Lernenden über die Prävention von Krankheiten können Sie die Diskussion auch erweitern, um sich stärker auf die individuelle Betroffenheit und den Umgang mit Krankheiten zu konzentrieren. Sie können die folgenden Beispiele verwenden oder neue hinzufügen:

- Wie glaubt ihr, kann eine Krankheit das Leben einer Person beeinflussen? Denkt an verschiedene Krankheiten (im Körper und Geist/Herz/Seele) und auch an unterschiedliche Gruppen von Menschen.
- Glaubt ihr, dass es Unterschiede gibt, wie man mit einer Krankheit umgeht? Welche könnten das sein?

[8] Cf. https://www.mind.org.uk/for-young-people/introduction-to-mental-health/understanding-mental-health/WhatCausesMentalHealthProblems

Kofinanziert von der Europäischen Union DBU Kofinanziert von Deutsche Bundesstiftung Umwelt

- Was kann auf individueller und politischer Ebene getan werden, um mit einer Krankheit umzugehen?
- Warum denkt ihr, dass es Ungleichheiten beim Zugang zur Gesundheitsversorgung in der Welt gibt?

Um den lokalen Kontext zu berücksichtigen, können Sie die Lernenden auch eine (Web-)Recherche durchführen lassen und ihre Antworten auf die Frage diskutieren, welche die häufigsten Krankheiten in Ihrem Land sind und welche Maßnahmen ergriffen werden können, um sie – insbesondere Infektionskrankheiten – zu verhindern.

WERTSCHÄTZUNGSDUSCHE

Die folgende Übung konzentriert sich auf die psychische Gesundheit: Die Schülerinnen und Schüler machen sich gegenseitig Komplimente, um die Gruppendynamik zu stärken.



Sie können diese Übung schriftlich oder mündlich durchführen. Sprechen Sie zunächst darüber, was ein Kompliment ist. Bereiten Sie Lose mit den Namen der Schülerinnen und Schüler vor und lassen Sie jede Person blind einen Namen ziehen.



Geben Sie die Vorlage ”WERTSCHÄTZUNGSDUSCHEäus dem Arbeitsheft an die Lernenden aus und lassen Sie sie ausfüllen. Fragen Sie anschließend Ihre Schülerinnen und Schüler, wie es sich anfühlt, die Komplimente zu erhalten und zu lesen.

Falls eine Person nichts oder etwas Gemeines aufgeschrieben hat, besprechen Sie dies mit der Klasse:

- Warum ist das problematisch?
- Wie fühlt sich die betroffene Person dabei?
- Was bedeutet das für die psychische Gesundheit einer Person?

Sie können auch darüber sprechen, wie psychische Gesundheit unterschiedlich wahrgenommen wird:

- Denkt ihr, dass es einen Unterschied gibt, zwischen der Wahrnehmung einer psychischen Krankheit und einer, die sich körperlich zeigt? Warum ist das so?
- Glaubt ihr, dass es Unterschiede zwischen Altersgruppen, Kulturen und Gesellschaften gibt?

Kofinanziert von der Europäischen Union DBU Kofinanziert von Deutsche Bundesstiftung Umwelt

DIE ROLLE VON HYGIENE UND DEINEM GESCHLECHT

Diese Übung beschäftigt sich mit der Frage, ob es Unterschiede in Bezug auf Gesundheit und Hygiene gibt, die vom Geschlecht abhängen.



Wir empfehlen, die Klasse nicht nach Geschlecht zu trennen, sondern alle in das Gespräch einzubeziehen. Sprechen Sie mit den Lernenden über die Bedeutung von Hygiene. Wir schlagen vor, mit einem konkreten Beispiel zu beginnen – in diesem Fall mit Menstruationshygiene. Anschließend können Sie das Thema erweitern. Sie können das Glossar als Teil der Lernwelt für Erklärungen zu biologischem und sozialem Geschlecht und Geschlechtsidentität einbeziehen sowie den Infotext zur Menstruation, der ebenfalls im Arbeitsheft der Lernenden enthalten ist. Wenn möglich, können Sie eine Grafik verwenden, die die Eierstöcke zeigt. Sie können auch Produkte wie Binden, Tampons oder eine Menstruationstasse mitbringen, um das Thema anschaulicher zu gestalten.



Geben Sie das Arbeitsblatt ”DIE ROLLE VON HYGIENE UND DEINEM GESCHLECHTäus dem Arbeitsheft für Schülerinnen und Schüler aus. Lassen Sie sie den Infotext lesen und die vorgeschlagenen Fragen (gemeinsam) beantworten.

Anschließend können Sie ein Gespräch in der Klasse mit den folgenden Fragen beginnen:

- Warum denkt ihr, dass diese Menstruationsprodukte notwendig sind?
- Warum ist es selbst heutzutage schwierig, Menstruationshygieneprodukte zu erhalten? Berücksichtigt auch andere Regionen oder Länder.
- Warum ist es wichtig, darüber zu sprechen, unabhängig vom eigenen Geschlecht?
- Wie könntet ihr euch gegenseitig unterstützen, z. B. wenn jemand menstruiert und deshalb Flecken auf der Kleidung hat?

Jetzt, da die Lernenden ein konkretes Beispiel für die Bedeutung von Hygiene kennen, schlagen wir vor, das Thema weiter zu diskutieren. Sie können die Lernenden auch zuerst ihre Antworten in ihre Arbeitshefte schreiben lassen und die Antworten anschließend mit der gesamten Klasse besprechen.

- Warum denkst du, dass Hygiene wichtig für die Gesundheit ist?
- Glaubst du, dass unterschiedliche Geschlechter unterschiedliche Hygiene haben?
- Denkst du, dass es globale Unterschiede beim Zugang zu Hygiene (und sauberer Sanitärversorgung) gibt?
- Wie denkst du, dass diese Unterschiede das Leben der Menschen beeinflussen?

Kofinanziert von der Europäischen Union DBU Kofinanziert von Deutsche Bundesstiftung Umwelt

WIE WERBUNG DEINE GESUNDHEIT BEEINFLUSST

Diese Aktivität hilft den Lernenden zu erkennen, wie Werbung ihre Entscheidungen beeinflusst und ungesunde Produkte auf ansprechende Weise bewirbt. Durch die Analyse echter Werbungen und das Erstellen eigener Anzeigen für ein gesundes Produkt entwickeln die Lernenden ein kritisches Verständnis für Marketingstrategien und deren Auswirkungen auf die Gesundheit.



Obwohl einige Länder wie Norwegen[a] und Schweden[b] Werbung, die sich an junge Kinder richtet, verboten haben, erlauben die meisten europäischen Länder solche Anzeigen. Oft richten sich Werbespots für ungesunde Produkte oder Aktivitäten (z. B. Süßigkeiten, Energydrinks und Videospiele) gezielt an junge Menschen.

[a] www.fdiworlddental.org/promoting-oral-and-general-health-norways-move-ban-marketing-unhealthy-foods-children

[b] www.politico.eu/article/swedish-call-for-ban-on-tv-advertising-to-children-faces-defeat



Beginnen Sie, indem Sie die Lernenden nach ihren jüngsten Erfahrungen mit Werbung fragen, die sich an sie richtet, und/oder ein aktuelles Beispiel aus Ihrem Land zeigen. Wir empfehlen, eine Werbung zu verwenden, die für Ihre Lernenden relevant ist. Sie können auch etwas auswählen, das üblicherweise mit einem starken, kraftvollen Design dargestellt wird, z. B. Energydrinks oder Elektronik, die Tiere und/oder (extreme) Sportarten einbezieht.

Fragen Sie die Lernenden, was ihnen in den Sinn kommt, wenn sie die Werbung sehen. Lassen Sie sie dann hinterfragen, ob das beworbene Produkt/die beworbene Aktivität wirklich zu ihrer Gesundheit beiträgt. (Falls Sie Energydrinks als Beispiel verwenden, könnten Sie die Lernenden über die Inhaltsstoffe aufklären, insbesondere über die hohe Zuckerdosis.) Sie können auch darüber sprechen, was der Unterschied sein könnte, wenn etwas von berühmten und beliebten Personen beworben wird – könnte das dazu führen, dass man etwas noch mehr haben möchte? Verbindet man das Produkt mit Eigenschaften dieser bekannten Person, deren Lebensstil oder Ähnlichem?

Nach der vorherigen Diskussion, die z. B. in Gruppen stattfinden könnte, geben Sie den Lernenden die Aufgabe, eine Werbung (Poster) für etwas Gesundes zu erstellen. Je nach Ausstattung der Schule können die Poster gemalt/gezeichnet, mit Papier, Kleber und Schere gebastelt oder digital erstellt werden (vielleicht mithilfe von KI). Bitten Sie die Lernenden, die Werbung so zu gestalten, dass sie sie selbst ansprechen würde.



Wenn Sie die Rolle von Werbung weiter diskutieren möchten, können Sie sich die Lernwelt für SDG 12 zu verantwortungsbewusster Produktion und Konsum ansehen.

Kofinanziert von der Europäischen Union
DBU Kofinanziert von Deutsche Bundesstiftung Umwelt

RISIKOFAKTOREN VERSCHIEDENER GRUPPEN

Diese Aktivität hilft den Lernenden zu verstehen, warum manche Menschen anfälliger für Gesundheitsrisiken sind als andere und welche Faktoren dazu beitragen. Durch die Analyse von realen Situationen erkunden die Lernenden, wie biologische, wirtschaftliche, umweltbezogene und soziale Faktoren die Fähigkeit einer Person beeinflussen, gesund zu bleiben. Diese Übung fördert Empathie und das Bewusstsein für gesundheitliche Ungleichheiten.

Teil 1: Gefährliche Situationen identifizieren

1. Brainstorming

Bitten Sie die Schülerinnen und Schüler, über Situationen nachzudenken, in denen die Gesundheit einer Person gefährdet sein könnte. Sie können sie mit folgenden Fragen leiten:

- Gibt es extreme Wetterbedingungen, die gefährlich sein könnten?
- Welche Hindernisse im Alltag könnten Schaden verursachen?

Falls nötig, geben Sie Beispiele:

- Ein sehr heißer Tag in einer Stadt ohne schattige Bereiche.
- Treppen ohne Geländer, schlechte Beleuchtung oder nasses Laub.
- Kontakt mit einem ansteckenden Virus.
- Eine schmale, stark befahrene Straße ohne Fahrradweg.
- Der Verlust des eigenen Zuhauses.

2. Diskussion

Schreiben Sie die Ideen der Lernenden an die Tafel und besprechen Sie sie in der Klasse oder in kleinen Gruppen. Nutzen Sie Leitfragen:

- Warum ist diese Situation gefährlich?
- Wer ist in dieser Situation am meisten gefährdet und warum?
- Welche Veränderungen könnten die Situation sicherer machen? Wer ist für diese Veränderungen verantwortlich?

3. Verstehen von Risikofaktoren



Führen Sie die wichtigsten Faktoren ein, die die Verwundbarkeit beeinflussen:

- Biologisch: Alter, Genetik, Vorerkrankungen.
- Wirtschaftlich: Einkommen, Erbe, Arbeitsplatzsicherheit, Wohnsituation.
- Umweltbezogen: Verschmutzung, Zugang zu sauberem Wasser, Infrastruktur.
- Sozial: Zugang zu Gesundheitsversorgung, Bildung, Diskriminierung.

Es besteht auch die Möglichkeit, die Einflussfaktoren anders zu kategorisieren, zum Beispiel:

Kofinanziert von der Europäischen Union DBU Kofinanziert von Deutsche Bundesstiftung Umwelt

- Persönliche Faktoren, die beeinflusst werden können (z. B. Fitnesslevel, Vorsichtsmaßnahmen, wie das Tragen eines Helms beim Radfahren) oder nicht (z. B. Alter).
- Externe Faktoren, wie Umwelt (z. B. extreme Wetterbedingungen in verschiedenen Regionen), Gesellschaft (z. B. struktureller Rassismus, Ableismus), Menschen, die aufgrund des Aussehens einer Person Vorurteile haben und sie mit weniger Respekt behandeln können, und/oder Infrastruktur (z. B. Zugang zu medizinischen Behandlungen, Parks und schattigen Bereichen).
- Machtstrukturen: Wer ist möglicherweise in der Lage und/oder verantwortlich zu helfen (z. B. Einzelpersonen können Erste Hilfe leisten oder Hilfe rufen, während nur Kollektive einen neuen Park oder ein Krankenhaus bauen können).



Ermutigen Sie die Lernenden, diese Faktoren mit den besprochenen Situationen zu verbinden.

Beispiel:
Ein sehr heißer Tag ohne Möglichkeit zur Erholung und Alter: Eine ältere Person oder ein Baby wird stärker betroffen sein und ist daher in dieser Situation verletzlicher als z. B. eine 20-jährige Person. Wenn diese 20-jährige Person jedoch ständig einer Verschmutzung (z. B. schlechter Luftqualität) ausgesetzt ist und keinen Zugang zu sauberem Trinkwasser hat, kann ihr Körper und Immunsystem bereits geschwächt sein, was sie an einem heißen Tag ebenfalls stark beeinträchtigen könnte.

Teil 2: Verletzlichkeit durch Rollenspiele erkunden

1. Mit Charakterkarten



Geben Sie die Beispielkarten ”RISIKOFAKTOREN VERSCHIEDENER GRUPPENäus dem Arbeitsheft für Lernende aus. Jede Karte repräsentiert eine fiktive Person mit einzigartigen Merkmalen (z. B. finanzieller Status, Gesundheitszustand, Lebenssituation).

2. Gruppenaktivität

1. Weisen Sie jeder Gruppe eine gefährliche Situation aus Teil 1 zu.
2. Jede Gruppe diskutiert, wie ihre Figur von der Situation betroffen wäre.
3. Nutzen Sie Leitfragen:
    - Ist die Person stark oder nur leicht betroffen? Warum?
    - Welche Herausforderungen hat sie, wenn es darum geht, Hilfe zu bekommen?
    - Welche Faktoren (sozial, wirtschaftlich, biologisch, umweltbezogen) tragen zu ihrer Verletzlichkeit bei?

3. Reflexion

Besprechen Sie die Ergebnisse jeder Gruppe mit der Klasse.

Kofinanziert von der Europäischen Union DBU Kofinanziert von Deutsche Bundesstiftung Umwelt



Heben Sie hervor, wie oft mehrere Faktoren zusammenwirken, um eine Person verletzlicher zu machen.

GESUND SEIN IN DEINER STADT

Diese Aktivität ermutigt die Schülerinnen und Schüler zu erforschen, wie ihre Stadt oder ihr Viertel Gesundheit und Wohlbefinden unterstützt und Verbesserungsvorschläge zu machen. Durch die Analyse des Zugangs zu Gesundheitsversorgung, Grünflächen, Transportmöglichkeiten und gesunden Lebensmitteln entwickeln die Lernenden ein tieferes Verständnis dafür, wie die Gesellschaft die Gesundheit beeinflusst.

Schritt 1: Die Gesundheitsumgebung deiner Stadt bewerten



Geben Sie den Lernenden eine Karte ihrer Stadt oder lassen Sie sie eine skizzieren. Dabei sollen die Lernenden wichtige Orte identifizieren, wie Krankenhäuser, Arztpraxen, Parks, Sporteinrichtungen, Lebensmittelgeschäfte und Wohngebiete.

Führen Sie anschließend eine geleitete Diskussion. Mögliche Fragen sind:

- Wie einfach ist der Zugang zur Gesundheitsversorgung? (Wo befinden sich Krankenhäuser und Arztpraxen? Ist es einfach, einen Termin zu bekommen?)
- Gibt es Grünflächen und Orte zur Entspannung?
- Welche Sport- und Freizeitmöglichkeiten gibt es außerhalb der Schule?
- Welche Arten von Lebensmitteln sind verfügbar, und wo können Menschen frische, gesunde Lebensmittel kaufen?
- Wie einfach ist es, sich fortzubewegen? Sind manche Menschen von bestimmten Bereichen oder Aktivitäten ausgeschlossen?

Schritt 2: Eine gesündere Gesellschaft gestalten



Bitten Sie die Lernenden, sich Verbesserungen vorzustellen, die ihre Stadt gesünder machen würden. Lassen Sie sie Ergänzungen auf ihren Karten markieren oder einzeichnen, wie z. B.:

- Mehr Parks und Sportflächen.
- Sicherere Fahrradwege und Gehwege.
- Besseren Zugang zu Gesundheitsdiensten.
- Mehr erschwingliche und nahrhafte Lebensmitteloptionen.

Lassen Sie die Lernenden ihre Ideen präsentieren und erklären, warum diese Veränderungen die öffentliche Gesundheit verbessern würden. Ermutigen Sie sie, über realistische Lösungen nachzudenken und darüber, wer in der Gemeinschaft helfen könnte, diese umzusetzen.

Kofinanziert von der Europäischen Union DBU Kofinanziert von Deutsche Bundesstiftung Umwelt

HANDELN

Diese Übung konzentriert sich darauf, was die Lernenden tun könnten, um ihre eigene Gesundheit und ihr Wohlbefinden sowie das anderer Menschen zu verbessern. Sie können diese Ideen aufschreiben, zeichnen oder eine Collage erstellen.



Teilen Sie die Klasse in Gruppen auf und verteilen Sie das Arbeitsblatt „HANDELN“ aus dem Arbeitsheft der Lernenden.



Lassen Sie die Schülerinnen und Schüler Ideen zu verschiedenen Aspekten sammeln, zum Beispiel zu folgenden Parametern:

- Maßnahmen, die die eigene Gesundheit und das eigene Wohlbefinden fördern.
- Aktionen, die die Gesundheit und das Wohlbefinden anderer verbessern oder stabil halten.
- Dinge, die wir in der Schule/zu Hause oder an einem anderen Ort, an dem wir viel Zeit verbringen, ändern könnten, um dort unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden zu verbessern – und daraus Aktionen ableiten.
- Dinge, die wir in Bezug auf den Zugang zur Gesundheitsversorgung ändern möchten – und daraus Aktionen ableiten.
- Verletzliche Gruppen und was getan werden könnte, um ihnen zu helfen.

Bitten Sie die Schülerinnen und Schüler, ihre Antworten zu begründen. Sie können die Antworten auch auf Postern sammeln, die im Klassenzimmer oder an anderen Orten im Schulgebäude ausgestellt werden. Die Lernenden können die Poster weiter gestalten, und Sie könnten dies mit dem verknüpfen, was sie zuvor über den Einfluss von Werbung gelernt haben: Wie können sie ihre Poster so interessant wie möglich gestalten, um auch andere zu motivieren, sich ihren Aktionen für Gesundheit und Wohlbefinden anzuschließen?

Kofinanziert von der Europäischen Union DBU Kofinanziert von Deutsche Bundesstiftung Umwelt

Verbindungen zu anderen SDGs

Die 17 SDGs ergänzen sich gegenseitig und sollten nicht isoliert betrachtet werden. Als solche können Synergieeffekte auftreten, z. B. kann eine Verbesserung eines der SDGs wiederum positive Auswirkungen auf ein anderes haben. Gleichzeitig kann die Priorisierung von Maßnahmen für ein SDG auch dazu führen, dass ein anderes Ziel vernachlässigt wird. Die folgende Tabelle bietet Beispiele für Verbindungen zwischen SDG 3 und anderen SDGs. Diese können genutzt werden, um neue Gespräche zu eröffnen und Anknüpfungspunkte zu schaffen, um das Thema über diese Lernwelt hinaus zu erweitern.

SDG	SCHWERPUNKT	VERBINDUNGEN
1	Keine Armut	Menschen mit niedrigem oder keinem Einkommen/weniger Ressourcen haben unzureichenden Zugang zur Gesundheitsversorgung und eine geringere Lebenserwartung.
2	Kein Hunger	Auswirkungen von Mangelernährung auf die Gesundheit, wie z. B. ein geschwächtes Immunsystem
4	Hochwertige Bildung	Hochwertige Bildung kann das Wissen über Gesundheit und Wohlbefinden stärken und Menschen befähigen, einen gesunden Lebensstil umzusetzen, fundierte Entscheidungen zu treffen oder Veränderungen zu fordern, z. B. im Gesundheitssektor; ein höherer Bildungsstand ist oft mit einem höheren Lebensstandard verbunden, der eine bessere Gesundheit gewährleisten kann
6	Sauberes Wasser und Sanitärversorgung	(Zugang zu) sauberem Trinkwasser als Teil einer gesunden Ernährung; Verhalten bei heißem Wetter, wie z. B. ausreichende Flüssigkeitszufuhr.
10	Weniger Ungleichheiten	Marginalisierte Gruppen (z. B. indigene Menschen und transgeschlechtliche Menschen) haben unzureichenden Zugang zu guter Gesundheitsversorgung.
11	Nachhaltige Städte und Gemeinden	Zugang zu Parks/Grünflächen und anderen Erholungsorten in Stadtstrukturen.
13	Maßnahmen zum Klimaschutz	Extreme Wetterphänomene durch den Klimawandel gefährden die Gesundheit und das Leben von Menschen.

Kofinanziert von der Europäischen Union DBU Kofinanziert von Deutsche Bundesstiftung Umwelt