



GESUNDE SCHULE

SCHULE BEWEGT

Wir wünschen uns sehr, dass Sie während der Schulzeit "gut drauf" sind. Wir bieten Ihnen dazu im Rahmen unserer Aktion "Gesunde Schule" bzw. "Schule bewegt" das passende Ernährungsangebot und ein interessantes Sportprogramm an.

Es ist eine bekannte Tatsache, dass die Erkrankungen des Bewegungsapparates beim Verkaufspersonal und ganz besonders bei Berufstätigen im Bürobereich größte gesundheitliche Probleme mit sich bringen. Der Schaden, der dadurch dem Einzelnen entsteht, ist groß und die Folgen schmerzhaft. Der Gesamtschaden, der für die österreichische Volkswirtschaft durch Wirbelsäulenerkrankungen entsteht, ist beträchtlich.

Was können wir tun? Wir bieten ein Spiel- und Sportprogramm an, das einen besonderen Übungsteil z.B. für die Wirbelsäule, Dehnungsübungen und spezielle Trainingseinheiten für beruflich besonders beanspruchte Körperbereiche usw. enthält. In einfacher Form und ohne Leistungsdruck können Sie ein sportmedizinisch vorbereitetes Trainingsprogramm erlernen, durch lustige Spiele ergänzen und hoffentlich beibehalten. Sie bleiben gesund, fit und leistungsfähig, wenn Sie dieses Training auch nach der Schulzeit weitermachen.

Wir nehmen an, dass Sie an diesem wichtigen Teil Ihrer Ausbildung teilnehmen werden. Sollten aus besonderen Gründen Bedenken gegen die Teilnahme am Sport- und Spielunterricht bestehen, dann ersuchen wir Sie gleich zu Schulbeginn um eine Abmeldung.

Machen Sie mit! Spiel und Sport steigert Ihre Fitness und Ihr Selbstwertgefühl.

Die Internatsleiterin
BD Dipl.-Päd. Pauline Sleska

Die Sportreferentin
VI. Dipl.-Päd. Stöbich Berta

PS: In Zusammenarbeit mit der Oberösterreichischen Gebietskrankenkasse werden in unserer Schule Jugendlichenuntersuchungen durchgeführt.