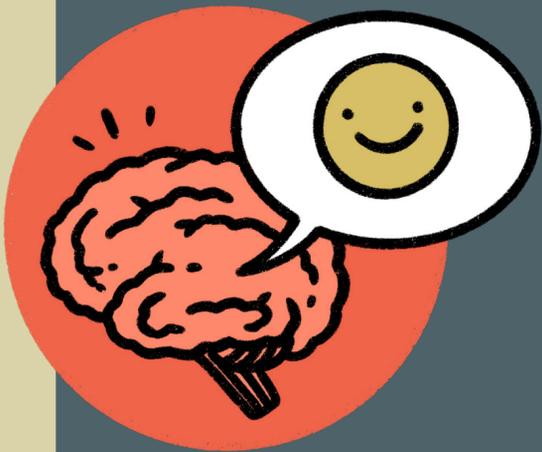


BEW A RE

BEWUSSTSEIN • AUFKLÄRUNG • RESILIENZ

**EIN PROGRAMM ZUR FÖRDERUNG
DER MENTALEN GESUNDHEITS-
KOMPETENZ VON SCHÜLERINNEN
UND SCHÜLERN**

WAS BIETET BEWARE?



**Unterrichtsmaterial
für Klassen 5 - 10**
(3 Doppelstunden pro Jahr-
gang & optionales Material)
für eine jährliche Beschäfti-
gung mit dem Thema men-
tale Gesundheit und eine
**nachhaltige Verankerung
in der Schule.**
Theoretisch fundiert, parti-
zipativ entwickelt, wissen-
schaftlich begleitet.

BEWARE AN IHRER SCHULE

Sie haben auch den Eindruck, dass die
Belastung Ihrer Schülerinnen und Schü-
ler in Zeiten multipler Krisen zunehmend
stärker wird? Sie sind der Meinung, dass
Lehrkräfte in solchen Zeiten immer mehr
gefordert sind, mit diesen Herausforde-
rungen aktiv umzugehen?
Wir wollen mentale Gesundheitskom-
petenz für Schulen leichter zugänglich
machen. **Was eine Teilnahme an
BEWARE für Ihre Schule bedeuten
würde, erfahren Sie hier:**

lir-mainz.de/beware



MENTALE GESUNDHEITSKOMPETENZ

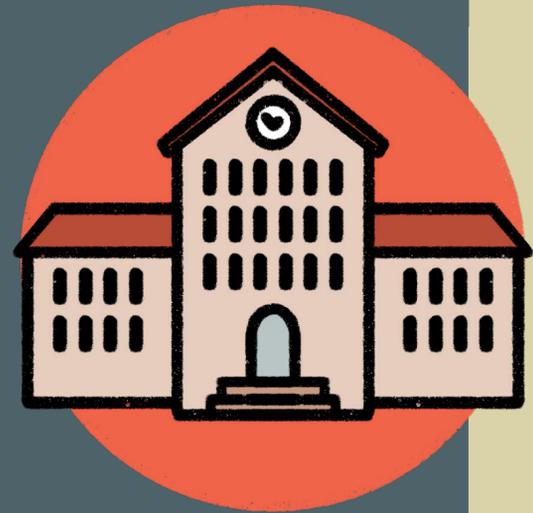


Was ist eigentlich psychische
Gesundheit? Meine Gefühle beeinflus-
sen – geht das?
Psychische Gesundheit, ist das
Schicksal, Glück oder Pech – oder
kann ich auch etwas dafür tun?
Und wie ist es, wenn ich so viel Ärger,
Traurigkeit oder Angst erlebe, dass
ich mich nicht mehr wohl fühle oder
der Alltag nicht mehr funktioniert –
an wen kann ich mich wenden? Wie
gehe ich mit einem Freund um, dem
es nicht gut geht? Das ist **mentale
Gesundheitskompetenz.**

GESUNDHEITSKOMPETENZ & SCHULE

Nur im Schulkontext können
wir alle jungen Menschen
gleichermaßen erreichen.

Der nationale Aktionsplan
Gesundheitskompetenz sieht die Förderung der Gesund-
heitskompetenz daher als
Bildungsauftrag in Schulen
vor, um **Gleichheit in Bezug
auf Gesundheit sowie
Bildungserfolg** zu fördern.



UNSERE VISION

Stärkung der mentalen Gesundheitskompetenz
der Schülerinnen und Schüler sowie auch der Lehrkräfte

Förderung von **Akzeptanz und Destigmatisierung**
psychischer Erkrankungen in der Schulgemeinschaft

Längerfristige Stärkung der **Resilienz** von Schülerinnen
und Schülern

