

### **Gesundheitsförderung**

Die Primarschulen im Einzugsgebiet der Oberstufenschule Thierachern (Amsoldingen, Stocken-Höfen, Thierachern und Uebeschi) legen grossen Wert auf die Gesundheitsförderung.

Themen sind zum Beispiel:

- Bewegung und Beweglichkeit
- Gesunde Ernährung
- Ich und mein Körper, z. B. Körperpflege, Körperbau und Körperentwicklung, Wohlbefinden, erholen und ausruhen
- Die gesunde Natur erleben
- Suchtprävention (Gefahr des Rauchens) etc.

Wir vermitteln diese Themen wiederkehrend und stufengerecht. Bei einzelnen Themen sind wir stark auf die Mithilfe und die Unterstützung durch die Eltern angewiesen.