

# Pressemitteilung

09.11.2009

## Gesetzliche Unfallversicherung: Richtig Pause machen will gelernt sein

**Gesunde Pause Thema der Berufsschulaktion „Jugend will sich-er-leben“**

Richtig Pause machen – das ist das Thema der diesjährigen Berufsschulaktion „Jugend will sich-er-leben“ der Landesverbände der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV). Berufsbildende Schulen erhalten in diesen Tagen die Aktionsunterlagen: Plakate, sechs Unterrichtsvorschläge, Arbeitsblätter sowie die Wettbewerbsunterlagen für die Schüler. Auch in diesem Jahr gibt es eine DVD mit Prominenten-Interviews – darunter die Schauspieler Fatih Çevikkollu und Ulrike Folkerts – und dem Film [auto]Pause. Darin muss Azubi Kevin lernen, dass Pausen wichtig für Gesundheit und Sicherheit bei der Arbeit sind.

Richtiges Pausenverhalten will gelernt sein. Wer ausreichend und richtig Pause macht, bleibt nicht nur körperlich fit. Er kann sich auch leichter konzentrieren, ist kreativer, kann Stress besser bewältigen und hat ein geringeres Risiko, Arbeitsunfälle zu erleiden. Das müssen gerade Berufsanfänger und Auszubildende lernen. Die Aktion gibt daher Hinweise, die von der richtigen Ernährung bis zum Timing reichen. Im Rahmen des Wettbewerbs können Berufsschüler dann ihre kreativsten Beiträge zur Pause einreichen.

Die Berufsschulaktion der DGUV-Landesverbände läuft von Herbst 2009 bis Januar 2010. Sie findet bereits im 37. Jahr statt. Themen in den Vorjahren waren unter anderem der Schutz vor Lärm, Probleme beim Berufseinstieg und der Umgang mit Suchtmitteln.

Auch allgemeinbildende Schulen und Betriebe können die Unterrichts- und Informationsmaterialien der Aktion „Jugend will sich-er-leben“ nutzen. Filme, Broschüren und ein Plakat mit den sechs wichtigsten Pausentipps stehen unter [www.jwsl.de](http://www.jwsl.de) zum Download bereit. Am Wettbewerb können jedoch nur Berufsschulen teilnehmen.



Pressekontakt:

Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV)

Pressestelle

Stefan Boltz

Tel.: 030 288763768

Fax: 030 288763771

E-Mail: [presse@dguv.de](mailto:presse@dguv.de)