

# Bibliothek

Informationen



---

## Internetressourcen

**Bildwörterbuch:** Dieses online Wörterbuch deckt anhand von Bildern verschiedene Fachbereiche ab. Insbesondere ist es für die Themen der Anatomie interessant.

[www.bildwoerterbuch.com](http://www.bildwoerterbuch.com)

### Biologie Lexikon online

[www.biologie-lexikon.de/](http://www.biologie-lexikon.de/)

**Bundesamt für Sport (BASPO):** Verschiedene Informationen und Untersuchungen zum Thema Sport und Bewegung. Insbesondere die Bewegungsempfehlungen sind interessant.

[www.hepa.ch/de/bewegungsempfehlungen.html](http://www.hepa.ch/de/bewegungsempfehlungen.html)

**Digithek:** Eine Recherchier Webseite für Mittel- und Berufsschulen in der Schweiz, die sehr viele Fächer abdeckt und mit weiteren Internetseiten verlinkt.

[www.digithek.ch](http://www.digithek.ch)

**Feel-ok:** Informationsseite von der Gesundheitsstiftung Radix, welche Themen rund um Gesundheit, Krankheit, Sucht, Sport, Ernährung und vieles mehr abdeckt.

[www.feel-ok.ch/de\\_CH/jugendliche/jugendliche.cfm](http://www.feel-ok.ch/de_CH/jugendliche/jugendliche.cfm)

**Gesundheitsförderung Schweiz:** Die Stiftung befasst sich mit jeglichen Bereichen rund um die Gesundheit. Spezifische Themen sind auch Bewegung, Ernährung und psychische Gesundheit.

<https://gesundheitsfoerderung.ch/>

**Helles Köpfchen. Mach' dich schlau!:** Suchmaschine für Kinder und Jugendliche, die bereits sinnvolle Ergebnisse vorfiltert.

[www.helles-koepfchen.de](http://www.helles-koepfchen.de)

**Institut Kinderseele Schweiz:** Die Stiftung setzt sich für die Förderung der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen ein.

[www.kinderseele.ch](http://www.kinderseele.ch)

# Bibliothek

Informationen



.....

**Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz:** Alles rund um die psychische Gesundheit findet ihr auf dieser Webseite.

[www.npg-rsp.ch/de/projekte/10-schritte-fuer-psychische-gesundheit.html](http://www.npg-rsp.ch/de/projekte/10-schritte-fuer-psychische-gesundheit.html)

**Planet Wissen:** Informationen zum menschlichen Körper: Darm, Hormone, Herz, Skelett usw. Von SWR, WDR und alpha, d.h. teilweise in Filmform

[www.planet-wissen.de/natur/anatomie\\_des\\_menschen/](http://www.planet-wissen.de/natur/anatomie_des_menschen/)

**Pro Juventute Beratung 147:** Experten beraten online und per Telefon Kinder und Jugendliche zu verschiedenen Themen, insbesondere interessant für die Themen psychische Gesundheit und Ernährung.

[www.147.ch/de/](http://www.147.ch/de/)

**Schule bewegt:** Hier gibt es viel Inspiration zur Bewegung und Entspannung im Schulalltag

<https://schulebewegt.ch/de>

**Schweizerische Gesellschaft für Ernährung:** Alles rund um die richtige Ernährung – Wissenschaft, Tipps, Rezepte

[www.sge-ssn.ch/](http://www.sge-ssn.ch/)

siehe auch: Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. [www.dge.de](http://www.dge.de)

**Wie geht's dir?:** Initiative aus der Schweiz, die sich in erster Linie mit der seelischen Gesundheit beschäftigt.

[www.wie-gehts-dir.ch/](http://www.wie-gehts-dir.ch/)



---

## Bücher

Fischer Schulthess, Andrea: **Food for Kids. Gesunde Ernährung für Kinder und Jugendliche: Ein Ratgeber der Stiftung für Konsumentenschutz**, Bern 2007.

Parker, Steve: **Menschlicher Körper. Aufbau und Funktionsweise der Knochen, Muskeln, Organe, Blutgefäße und Zellen**, Hildesheim 2000.

Rachlé, Sabrina: **Was ist Was: Der menschliche Körper**, Nürnberg 2014.

Reichen, Jürgen: **Der menschliche Körper. Den eigenen Körper kennen lernen**, Hamburg 2008.

Stück, Marcus: **Handbuch zum Entspannungstraining mit Yogaelementen in der Schule**, Donauwörth 2000.

Völkening, Martin; Dierks, Andrea: **Meine stärksten Entspannungsspiele. Spielesammlung zum Entspannen in Gruppen**, Luzern 2004.

von Carnowsky: **Der menschliche Körper: Eine Entdeckungsreise mit der Röntgenlupe**,

# Bibliothek

Informationen



---

## Videos

Kalorien und Energie – Ernährung:

[www.youtube.com/watch?v=yIp1ZV8yclo](http://www.youtube.com/watch?v=yIp1ZV8yclo)

Psychische Krankheiten erklärt:

[www.kinderseele.ch/jugendliche-und-kinder/facts/psychische-krankheiten/](http://www.kinderseele.ch/jugendliche-und-kinder/facts/psychische-krankheiten/)

Seelische Gesundheit:

<https://www.youtube.com/watch?v=uUTCtexFULU&list=PLhqDotXZ49NeoKqnD8qvMfKxEd2zzOA5d>

So isst die Schweiz:

[www.srf.ch/sendungen/einstein/so-isst-die-schweiz](http://www.srf.ch/sendungen/einstein/so-isst-die-schweiz)

Verdauungssystem – Wie funktioniert's?

[www.youtube.com/watch?v=CN\\_CRkAgfvY](http://www.youtube.com/watch?v=CN_CRkAgfvY)

Weg des Essens:

[www.youtube.com/watch?v=8QCg9-w3X7o](http://www.youtube.com/watch?v=8QCg9-w3X7o)