



Elternbrief

Das Leben ist ein Geschenk – Laudato si'!

Wir haben sie alle noch im Kopf, die Bilder von der UN-Klimakonferenz und den dort aufgetretenen Politikern und Aktivistinnen, von den Fridays for Future-Demonstrationen und den damit verbundenen heftigen Diskussionen über Schüler/innenstreiks und deren Berechtigung. Über Klimaschutz wird so viel geredet wie nie zuvor – doch was wird getan, was wird verändert? Mit unserem Aktionstag „Gelebte Ökologisierung“ haben wir als Petriner Schulgemeinschaft ein deutliches Zeichen gesetzt: Unterricht, der Bewusstsein schafft, indem er zentrale Fragestellungen der Zeit reflektiert aufgreift, und gesellschaftliches Engagement dürfen nicht gegeneinander ausgespielt werden. Die Schule ist als Bildungseinrichtung keine Gegenspielerin, sondern Verbündete der Schüler/innen, wenn es um den bewussten Umgang mit der Umwelt und den endlichen Ressourcen unseres Planeten geht. Sie macht globale Zusammenhänge ebenso sichtbar wie die Verantwortung jedes Einzelnen.

Das Petrinum stellt sich als Schule dieser Herausforderung. Nach einem Beschluss der Schulkonferenz werden wir uns in den kommenden Jahren intensiv mit der Ökologisierung des schulischen Alltags beschäftigen. In einem ersten Schritt wird das Petrinum Klimabündnischule. In einer Arbeitsgruppe, in die auch die Schülervertretung eingebunden ist, planen wir bereits etliche Maßnahmen, die kurz-, mittel- und langfristig Wirkung entfalten und über die wir selbstverständlich weiter informieren werden.

Mit dem großen JA, das wir alle zusammen - Schüler/innen und Lehrer/innen - auf dem Rasenplatz beim Petrinum gebildet haben, bekräftigen wir:

- Wir wollen uns für den Schutz von Klima und Umwelt einsetzen!
- Wir wollen uns für Gerechtigkeit im Umgang mit allem Leben einsetzen!
- Wir wollen uns für eine gute Zukunft der ganzen Welt einsetzen!

Damit nehmen wir jene Verantwortung wahr, die sich aus unseren christlichen Werten zwingend ergibt, nämlich dem Leben als Geschenk für alle gerecht zu werden. Wir stellen unser Engagement in jenen größeren, tieferen Zusammenhang, den Papst Franziskus in seiner Enzyklika „Laudato si“ so klar analysiert, wenn er darauf hinweist, dass Klimaschutz und Einsatz für die Armen eng miteinander zu verbinden sind. Denn „die Schöpfung kann nur als Geschenk begriffen werden, als eine Wirklichkeit, die uns zu einer allumfassenden Gemeinschaft zusammenruft.“ (LS 76)

Bewusst haben wir unseren Aktionstag am 4. Oktober begangen, dem Festtag des Hl. Franz von Assisi. Der Beginn seines Lobpreises auf die Schöpfung ist nicht nur titelgebend für die Umweltenzyklika. Franz von Assisi ist das Beispiel schlechthin für Achtsamkeit gegenüber dem Schwachen. Er machte durch sein Leben deutlich, wie untrennbar die Sorge um die Natur, die Gerechtigkeit gegenüber den Armen und der innere Friede miteinander verbunden sind. Er sei auch uns Vorbild für eine froh und authentisch gelebte, ganzheitliche Ökologie am Petrinum.

Mag. Klemens Keplinger
Direktor

Artikelübersicht

Energiehaushalt und Ernährung	2
Schulgeld	3
Buchausstellung	3
Hausmesse	4
Petriner Advent	4
Schulbekleidung Neu	4

Energiehaushalt und Ernährung

Dr. Heidrun Langer (Schulärztin)

Unsere Kinder brauchen, um funktionieren zu können, Energie und Nährstoffe, damit die Körperwärme aufrechterhalten wird und die körpereigenen Funktionen regelrecht ablaufen (wie z.B.: Muskelarbeit, Verdauung, Organfunktionen, geistige Aktivität und Stoffwechselforgänge). Die Energie, die der Körper braucht, gewinnt er aus der Verbrennung/Oxidation der Nährstoffe, wie Kohlenhydrate, Fette und Eiweiß. Die Verbrennung funktioniert nicht schnell, wie in einem Ofen, sondern langsam in vielen Teilschritten, die selber auch Energie verbraucht. Auch ist der Energiebedarf von Mensch zu Mensch und Tag zu Tag unterschiedlich.

Der Grundumsatz wird auch Ruhenüchtern Umsatz genannt, das ist die Energiemenge, die ein Mensch in 24h in völliger Ruhe, im Liegen für den Grundstoffwechsel (Herz, Atmung,...) benötigt.

Bsp:

Mädchen: 14 J. 167 cm 53 kg:
Errechneter Grundumsatz: 1399 kcal/d
der Kalorienbedarf liegt zwischen 1958 und 2098 kcal/d, je nach körperlicher Aktivität!!

Junge: 14 J. 174 cm 56kg:
Errechneter Grundumsatz: 1608kcal/d
der Kalorienbedarf liegt zwischen 2251 und 2412 kcal/d, je nach körperlicher Aktivität!!

Leider schaffen es viele Schüler nicht, während des Tages die kcal aufzunehmen, die Ihr Körper für den Grundumsatz benötigt! Die Energiezufuhr soll dem Energiebedarf angepasst sein. Ist das der Fall, findet sich ein Normalgewicht. Wenn nicht, dann resultiert daraus Untergewicht oder Übergewicht. Bei einer unzureichenden Zufuhr an Energie kommt es zur Gewichtsabnahme. Es kommt zur Verbrennung der eigenen Fettreserven und Reduzierung der Energie, die normalerweise für die Aufrechterhaltung der körpereigenen Funktionen zuständig ist!

Kinder/Jugendliche haben durch Wachstum, Pubertät und viel Bewegung einen hohen Energiebedarf. Um Müdigkeit und Konzentrationsabfall zu vermeiden, brauchen sie ständig Nachschub von Nährstoffen. Am besten alle drei Stunden.

Fünf Mahlzeiten pro Tag über den Tag verteilt: Frühstück, Pausenbrot, Mittagessen, Zwischenmahlzeit, Abendessen. Leider kommen viele Schüler nur auf drei bis vier Mahlzeiten pro Tag! Was zu Müdigkeit, Leistungsabfall, Schwindel, Übelkeit, Kopfschmerzen, Bauchschmerzen,... führen kann.

Das Essen zu Hause nach der Schule sollte als Ergänzung gesehen werden. War zu Mittag wenig Frisches dabei, wäre Salat oder Rohkost am Abend ideal. Gab es mittags eher wenig, darf auch am Abend eine Hauptmahlzeit auf den Tisch.

Viele Schüler berichten, in der Früh zu wenig Zeit für's Frühstück zu haben. Dabei wäre es so wichtig mit Schwung in den Tag zu starten. Frühstück und Pausenbrot decken 1/3 des Energiebedarfs ab. Wer täglich frühstückt, füllt die Kohlehydratspeicher wieder auf, die sich in der Nacht geleert haben und ist morgens leistungsfähiger. Frühstück und Pausenbrot sollten sich in der Zusammensetzung ergänzen. Z.B.: morgens ein Müsli mit Obst, in der Pause ein Käsebrot mit Gemüsestreifen. Und natürlich auf das Trinken nicht vergessen!

Kinder brauchen auf Grund Ihres hohen Energiebedarfs mehr Kcal, als man denkt. Sie brauchen die vielen Kalorien für das Heranwachsen und somit übersteigt der Kalorienbedarf in gewissen Lebensphasen auch den eines Erwachsenen.

Gerne können Sie den Grundumsatz und Kalorienbedarf für die gesamte Familie berechnen, dazu findet man zahlreiche Rechner für Kinder und Erwachsene im Internet.

Schulgeld

An katholischen Privatschulen mit Öffentlichkeitsrecht werden zwar die Lehrergehälter vom Bund getragen, für die Kosten der schulischen Infrastruktur (Gebäude, Ausstattung, Heizung, Reinigung, Sekretariat etc.) muss jedoch der Schulerhalter aufkommen. Das Schulgeld deckt einen Teil dieser Kosten ab. In die Ausstattung unserer Schule wurde und wird laufend viel investiert, und der Betriebsaufwand steigt ebenfalls.

Um auch in Zukunft ein optimales Lernumfeld bieten zu können, wurde vom Kuratorium des öffentlichen kirchlichen Vereins „Bischöfliches Gymnasium Petrinum“ daher eine Schulgelderhöhung auf 104 € ab dem Schuljahr 2020/21 beschossen. Gleichzeitig werden die Ermäßigungsstufen angepasst.

Aus christlicher Verantwortung bekennen wir uns ausdrücklich dazu, Schülerinnen und Schülern, deren Eltern weniger finanzkräftig sind, am Petrinum eine Ausbildung zu ermöglichen. Ermäßigungsanträge ersuchen wir bis 30. September bei der Direktion einzubringen. Umgekehrt danken wir allen, die sich im Rahmen unseres Solidaritätsmodells bereit erklären, entsprechend ihren Möglichkeiten freiwillig mehr als den Basisbetrag einzuzahlen, sehr herzlich!

Buchausstellung von 21.11. bis 26.11.2019 im Festsaal

„Lesen ist ein großes Wunder“ – getreu diesem Motto auf unserem Petriner Lesezeichen soll auch die heurige Buchausstellung wieder Lust aufs Schmökern, Lesen und Eintauchen in vielfältige Bücherwelten machen. Dazu sind Sie, liebe Eltern, und natürlich Ihre Kinder sehr herzlich eingeladen, speziell nach der Hausmesse am 24.11.! Auf Ihren Besuch freuen sich die Schüler/innen der 5. und 8. Klassen und die Deutschlehrer/innen.

Geschätzte Eltern!

Die Ausstellung wird auch im Rahmen des Unterrichts besucht werden. Sollte Ihr Kind Bücher bestellen oder kaufen wollen, bitten wir Sie, ihm die ausgefüllte Bestätigung mitzugeben.

✂-----✂-----✂-----✂-----✂-----

Meine Tochter/Mein Sohn _____

Klasse _____

darf bei der Buchausstellung Bücher im Wert von € _____ kaufen oder bestellen.

Datum

Unterschrift



Herzliche Einladung zur ersten Hausmesse am 24. November

Um 09:30 beginnt die ökumenische Wortgottesfeier zum Thema ist Schöpfungsverantwortung und Nachhaltigkeit, der Schulseelsorger Dr. Georg Winkler und seine evangelische Kollegin Mag. Cornelia Klösch vorstehen werden. Für die musikalische Gestaltung sorgen unser Unterstufenchor und die Schulband. Die Spenden beim anschließenden Kuchenbuffet, das von Jugendlichen und Eltern der 3. Klassen ausgerichtet wird, kommen einem Regenwaldprojekt des Klimabündnisses zugute.

Kommen Sie zu uns, feiern sie mit uns und erfahren Sie, was es heißt, wenn Schule kein reiner Ort des Lernens, sondern auch ein Ort des Lebens sein will!

Petriner Advent am Freitag 13.12.2019 von 16 bis 20 Uhr

In Zusammenarbeit zwischen Elternverein und Schule findet heuer zum dritten Mal der Petriner Advent im Vestibül und Innenhof statt. Es erwartet Sie die Beleuchtung des Fassadenfensters im Rahmen des „Auberger Adventfensterkalenders“ der Pfarre St. Leopold, die Petriner Krippe, ein Adventmarkt mit Christbaumschmuck und Weihnachtsbasteleien, musikalische Darbietungen und spirituelle Impulse, kulinarische Köstlichkeiten und vieles mehr. Wieder dabei ist auch die im Haus ansässige Soziale Initiative.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Schulbekleidungsaktion NEU



Auf Eigeninitiative der SchülerInnenvertretung gibt es heuer eine neue Schulbekleidungsaktion. Unser beliebtes Logo wurde von den SchülerInnen „modernisiert“, wie Sie auf den oben angeführten Beispielen sehen können. Die Schulleitung unterstützt diese begrüßenswerte Initiative, daher erfolgt die „Schulbekleidung NEU“ heuer als Testversuch für kommende Jahre. Wir haben hierfür auch einen neuen Textilpartner akquirieren können, welcher alle Produkte in Ökotex- und WRAP – zertifizierten Produktionsstätten herstellt. Dadurch leisten wir gemeinsam einen weiteren Beitrag zum Schulthema „Nachhaltigkeit“.

Die Bestellformulare und genaueren Informationen werden in den kommenden Wochen den SchülerInnen über den Klassenvorstand mitgegeben.