

## DGUV Lernen und Gesundheit

### Aktualisierte Unterrichtsmaterialien für Berufsbildende Schulen

Das DGUV Schulportal stellt seit dem Jahr 2010 monatlich neue Unterrichtsmaterialien online. Es liegt in der Natur der Sache, dass im Laufe dieser Jahre Inhalte regelmäßig aktualisiert werden müssen. Im Februar 2022 haben wir aus diesem Grund die folgenden Unterrichtsmaterialien überarbeitet:

#### Medikamente: Ge- und Missbrauch (BBS)

Eine bittere Pille: In Deutschland sind mittlerweile mehr Menschen von Medikamenten abhängig als von Alkohol. Auch nicht verschreibungspflichtige Arzneimittel können in die Abhängigkeit führen – ein Grund mehr, um junge Menschen frühzeitig für den korrekten Umgang mit Medikamenten zu sensibilisieren. Mehr unter: [www.dguv-lug.de](http://www.dguv-lug.de), Webcode: lug877055

#### Schichtarbeit (BBS)

Beschäftigte in Schichtarbeit müssen oft arbeiten, wenn ihr Körper eigentlich ausruhen möchte. Den eigenen Biorhythmus zu missachten kann gesundheitliche Folgen haben, denn es steigert das Unfallrisiko und belastet Körper und Psyche sowie Privatleben. Junge Beschäftigte sollten daher präventiv geschult werden, um sich auf die Besonderheiten und Risiken von Schicht- und Nachtarbeit einzustellen. Mehr unter: [www.dguv-lug.de](http://www.dguv-lug.de), Webcode: lug858394

#### Selbstmotivation (BBS)

Jetzt aber wirklich! Manchmal müssen Menschen gegen mächtige innere Gegenspieler arbeiten, um sich selbst zu motivieren. Dabei gilt es, stets das eigene Ziel im Auge zu behalten – egal, ob man nun mehr Sport treiben oder einen guten Schulabschluss schaffen möchte. Wer die passenden Techniken kennt, um den inneren Schweinehund zu besiegen, hat die besten Karten. Mehr unter: [www.dguv-lug.de](http://www.dguv-lug.de), Webcode: lug1033109

[www.dguv.de/lug](http://www.dguv.de/lug) Jeden Monat neue Unterrichtsmaterialien!

Bleiben Sie informiert und abonnieren Sie unseren Newsletter!