

**Kantonsschule Schüpfheim  
Gymnasium Plus  
Schulleitung**  
Lädergass 25  
6170 Schüpfheim  
Telefon 041 485 88 10  
www.ksschuepfheim.lu.ch

An die bisherigen  
Schülerinnen und Schüler  
des Kurzzeitgymnasiums /  
Gymnasium Plus  
des Schuljahres 25/26

Schüpfheim, Juli 2025

### **Informationen zum Schuljahr 25/26**

Liebe Schülerinnen und Schüler  
Liebe Eltern und Erziehungsberechtigte

Wir freuen uns auf ein weiteres Schuljahr mit euch an der Kantonsschule Schüpfheim / Gymnasium Plus. Mit diesem Schreiben erhalten Sie alle wichtigen Informationen über den Schulbeginn. Sie haben dieses Dokument über den QR-Code geöffnet. Bitte studieren Sie die Themen Freifächer (teilweise Anmeldung vor Schulbeginn nötig), psychische Gesundheit, 40-Minuten-Lektionen und Handy-Regeln – herzlichen Dank.

Wir wünschen Ihnen weiterhin schöne und erholsame Sommerferien.

Freundliche Grüsse



Thomas Berset  
Rektor, Dr. sc. nat.



Petra Weber  
Schuladministration

## 1. Erster Schultag, Montag 18.8.2025

Beginn des Schuljahres 25/26, Montag, 18.8.2024:

- **Klasse T21 um 09:15 Uhr im Zimmer 08, Jeannine Rüttimann**
- **Klasse T22 um 09:15 Uhr im Musikzimmer, David Engel**
- **Klasse T23 um 09:15 Uhr im Geographiezimmer, Sascha Portmann**
- **Klasse T24 A um 09:15 Uhr im Zimmer 07, Stephanie Ludwig**
- **Klasse T24 B um 09:15 Uhr im Zimmer P01, Steven Dätwyler**
  
- **Klasse K22 um 10:15 Uhr im Zimmer NWU, Alessia Bühler**
- **Klasse K23 um 10:15 Uhr im Zimmer 06, Julia Schumacher**
- **Klasse K24 um 10:15 Uhr im Zimmer 01, Mauro Casanova**

Anschliessend Programm gemäss Information der Klassenlehrperson

Um **10:20 Uhr** findet in der Aula die **Eröffnungsfeier** mit einem **speziellen Gast** statt. Bitte sei pünktlich.

Im Anschluss an die Eröffnungsfeier bist Du bis 12:30 Uhr bei Deiner Klassenlehrperson für das **Klassenfoto** und **Informationen**.

Ab 12:30 Uhr ist Mittagspause.

Dein Unterricht beginnt um 13:40 Uhr nach Stundenplan.

## 2 Freifächer im SJ 25/26 (für K- und T-Klassen)

### 2.1 Freifach EMS-Test-Vorbereitung Medizinstudium

Der bestandene EMS-Test ist Voraussetzung für alle, die ein Studium in Human-, Zahn- oder Veterinärmedizin aufnehmen möchten. Der Test besteht aus 12 Untertests – alle sind gut trainierbar, erfordern jedoch eine gezielte Vorbereitung.

Im Freifach EMS-Vorbereitung erhältst Du eine Einführung in alle Untertests und lernst bewährte Lösungsstrategien kennen. Der frühzeitige Kursbeginn ist entscheidend: Der EMS-Test findet kurz nach den Maturaprüfungen 2026 statt – in dieser intensiven Zeit bleibt kaum Raum für eine eigenständige Vorbereitung. Um die empfohlenen 100 Übungsstunden zu erreichen und die nötige Punktzahl zu erzielen, ist eine strukturierte, frühzeitige Vorbereitung unerlässlich.

**Leitung:** Steven Dätwyler

**Zeit:** 12 Lektionen zwischen Herbst- und Fastnachtsferien.

**1. Priorität:** Schülerinnen und Schüler der Klassen K22 oder T21 (der EMS-Test darf nur von Schülerinnen und Schülern im Maturajahr abgelegt werden), **2. Priorität:** Schülerinnen und Schüler der K23 und T22 (je nach Verfügbarkeit)

**Ort und Zeit:** KSSCH, Raum/Zeit nach Vereinbarung

**Kosten:** CHF 20

**Anmeldung:** ab sofort bis spätestens 26.9.2025 über folgenden [Link](#)

## **2.2 Freifach Foto: «Fotografieren, nicht knipsen! »**

In diesem fünftägigen Intensivkurs tauchst Du in die Welt der analogen und digitalen Fotografie ein – kombiniert oder einzeln, ganz wie Du willst. Du entwickelst Deine eigene Bildsprache und lernst, wie aus einer Idee ein starkes Bild entsteht. Neben Technik und Kamerabedienung geht es um Bildgestaltung, Belichtungssteuerung, Daten- und Bildbearbeitung sowie Präsentationsformen. Wer analog fotografiert, darf sogar ins Fotolabor: Filme entwickeln, Abzüge machen – alles selbst gemacht. Für alle, die mehr wollen als einfach nur knipsen. Das Freifach richtet sich an alle Interessierten - unabhängig von Vorkenntnissen.

**Leitung:** Roger Schnyder

**Zeit:** 5 Tage während der Osterferien 2026 (2. Woche)

**Ort:** KSSCH, Fotolabor, Fachzimmer Bildnerisches Gestalten, Aufenthaltsraum

**Kosten:** CHF 100 für 5 Tage Fotokurs

**Anmeldung:** ab sofort bis spätestens 6.2.2026 über folgenden [Link](#)

## **2.3 Freifach Theater: «Bühne gesucht? Spiel dich frei! »**

Wir treffen uns jeweils nach einem evtl. anstrengenden Tag, um gemeinsam abzuschalten und auf die Welt der Bühne zu treten. Wir entwickeln im Teamwork die Aufführung eines Stücks, das im Frühsommer 2026 der Schulgemeinschaft und der Öffentlichkeit präsentiert werden wird. Im Vordergrund stehen Textarbeit und Auftritts- bzw. Bühnenkompetenzen, wir besuchen gemeinsam aber auch Aufführungen von Theatern im professionellen Bereich und von Laien. Das Angebot richtet sich auch an neue, unerfahrene Spielerinnen und Spieler sowohl aus den K- wie auch aus den T-Klassen!

**Leitung:** Ralf Junghanns

**Zeit:** Montag, 17:10-18:40 Uhr (die Überschneidung mit den kollektiven Nachprüfungen stellt kein Problem dar). Beginn: Montag, 25. August 2025 (zweite Schulwoche).

**Ort:** Zimmer 08

**Kosten:** CHF 100 pro Jahr

**Anmeldung:** ab sofort bis spätestens 22. August 2025 über folgenden [Link](#)

## **2.4 Freifach Athletiktraining Basis «Train smart – move better»**

Du willst schneller, stärker, beweglicher oder einfach fitter werden? Dann ist das Basis-Athletik-Training genau das Richtige für dich. In einer Stunde pro Woche (oder zwei, wenn Du willst) trainierst Du gezielt Kraft, Koordination, Stabilität, Ausdauer und Beweglichkeit – so, dass es zu Deinem Alter und Deiner Entwicklung passt. Egal ob Du in einem Sportverein aktiv bist, tanzt, kletterst, musizierst, schauspielerst oder einfach gern aktiv bist: Das Training gibt Dir die körperliche Basis, die Du überall brauchen kannst – sicher, vielseitig und gesund.

**Leitung:** Adrian Steiner

**Zeit:** Dienstag und/oder Donnerstag, 13:00–14:00 Uhr

**Teilnahme:** 1× oder 2× pro Woche

**Ort:** KS Schüpfheim, Sporthalle

**Kosten:** CHF 120 pro Training pro Jahr

**Anmeldung:** Ab sofort bis spätestens 10. August 2025 über folgenden [Link](#)

## **2.5 Freifach Sportklettern: «Griff für Griff ans Ziel»**

Im Freifach Sportklettern erwartest dich Action, Technik und Teamgeist an der hauseigenen Kletterwand der KS Schüpfheim / Gymnasium Plus. Du lernst, wie Du dich sicher in der Vertikalen bewegst, Deine Grenzen auslotest und dabei Körper und Kopf gleichermassen forderst. Klettern stärkt nicht nur Muskeln und Koordination, sondern auch Dein Selbstvertrauen, Deine Konzentration und das Vertrauen in Deine Kletterpartner/innen. Ob Du schon Erfahrung mitbringst oder neu durchstartest – hier findest Du Herausforderung und Spass zugleich. Mach mit und entdecke, wie viel in dir steckt!

**Leitung:** Matthias Burri

**Zeit:** 7 Trainings verteilt zwischen Herbst- und Fasnachtsferien, Montagabend: 17:10 bis 18:20 Uhr  
(Die Überschneidung mit den kollektiven Nachprüfungen stellt kein Problem dar.)

**Ort:** KS Schüpfheim, Sporthalle

**Kosten:** CHF 20 für 7 Trainings

**Anmeldung:** Ab sofort bis spätestens 26. September 2025 über folgenden [Link](#)

### 3. Verantwortungsvoller Umgang mit Smartphones an unserer Schule

Das Smartphone ist aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken. Es bietet Dir viele Möglichkeiten, kann aber auch Dein Lernen und Deine direkte Interaktion mit anderen beeinträchtigen. Als Schule ist es uns ein Anliegen, einen gesunden und verantwortungsvollen Umgang mit digitalen Geräten zu fördern. Dazu setzen wir sowohl auf klare Regeln als auch Information:

*Handyverbot während der eigenverantwortlichen Lernzeiten (EVA) **der T-Klassen:***

Dieses Verbot wird im kommenden Schuljahr weitergeführt.

*Digitale Pausen:*

Auch im nächsten Schuljahr legen wir bewusst Phasen ohne digitale Geräte ein – zum Beispiel während der Herbstwanderung oder in Themenwochen.

*Smartphone-Nutzung im Unterricht:*

Hier gilt weiterhin: Die Lehrpersonen entscheiden, ob und wie Smartphones im Fachunterricht eingesetzt werden.

*Aufklärungsarbeit:*

Neu absolvieren alle Schülerinnen und Schüler im Rahmen der Klassenstunden vier von der Universität Zürich entwickelte Module zum gesunden Umgang mit dem Smartphone. Diese Module bieten Dir die Möglichkeit, Dein eigenes Nutzungsverhalten zu analysieren und gesunde Strategien zur Nutzung Deines Smartphones zu entwickeln.

### 4. Unterstützungsangebote und Früherkennung psychischer Belastungen

Die psychischen Belastungen von Erwachsenen und Jugendlichen haben in den vergangenen Jahren deutlich zugenommen. Wir haben deshalb an der Schule neue, unterstützende Angebote etabliert.

*Psychologische Beratung vor Ort*

Ab dem kommenden Schuljahr steht Dir an einem Nachmittag pro Woche eine Psychologin für Beratungen an der Schule zur Verfügung.

Das bisherige Angebot des Beratungs- und Informationszentrums (BIZ) Luzern bleibt weiterhin bestehen und kann ebenfalls von allen Schülerinnen und Schülern genutzt werden.

Anmeldung für einen Termin: [https://ksschuepfheim.lu.ch/Kontakt\\_und\\_Beratung/Gesundheit](https://ksschuepfheim.lu.ch/Kontakt_und_Beratung/Gesundheit)

*Früherkennung psychischer Belastungen*

Zur besseren Hilfe psychischer Belastungen etablieren wir ein schuleigenes Netzwerk an geschulten Helferinnen und Helfern. Dabei arbeiten wir eng mit XUND Luzern sowie der Organisation Ensa zusammen. Ensa ist die Schweizer Version des australischen Programms Mental Health First Aid und bietet seit 2019 Erste-Hilfe-Kurse für psychische Gesundheit an: [www.ensa.swiss](http://www.ensa.swiss)

Im letzten Schuljahr haben sich verschiedenen Lehrpersonen zu Ensa-Lehrpersonen ausgebildet. Auch Petra Weber und Martina Bieri (Schuladministration) haben die Ensa-Ausbildung absolviert. Diese Personen können ...

- Dir vertraulich zuhören
- Dich auf unterstützende Angebote aufmerksam machen

- Dich im Krisenfall angemessen unterstützen und Hilfe organisieren

Eine Übersicht der aktuellen Ensa-Lehrpersonen an unserer Schule findest Du hier:

- [https://ksschuepfheim.lu.ch/Kontakt\\_und\\_Beratung/Gesundheit](https://ksschuepfheim.lu.ch/Kontakt_und_Beratung/Gesundheit)

Im kommenden Schuljahr bilden wir je eine Schülerin und einen Schüler pro Klasse im Rahmen des Programms Ensa-Teens aus. In drei Doppelstunden lernst von professionellen Kursleiterinnen und Kursleitern:

- wie man bei einer Kollegin oder einem Kollegen Veränderungen im Verhalten erkennt,
- wann diese Veränderungen Anlass zur Sorge geben,
- wie man eine Kollegin oder einen Kollegen anspricht und auf unterstützende Angebote aufmerksam macht
- wie man eine Ensa-Lehrperson einbezieht

Während der Ausbildung bist Du vom Unterricht dispensiert.

Die Teilnahme am Kurs Ensa-Teens ist freiwillig. Interessierte Schüler/innen melden sich zu Beginn des Schuljahres bei Petra Weber von der Schuladministration oder bei der Klassenlehrperson.

Mit diesen Massnahmen möchten wir das Bewusstsein für psychische Gesundheit stärken und sicherstellen, dass belastete Schülerinnen und Schüler frühzeitig Unterstützung erhalten.

### **5. 40-Minuten-Lektionen Grundlagenfächer Gymnasium Plus (nur T-Klassen, ausser T21)**

Seit dem Schuljahr 2023/24 wird das Profil 5 Plus im Auftrag des Regierungsrates des Kantons Luzern an unserer Schule umgesetzt. Ziel dieses Profils ist es, verstärkt auf Coaching und Eigenverantwortliches Lernen (EVA) zu setzen und so Deine Lernkompetenz nachhaltig zu stärken. Im Profil 5 Plus hast Du zudem mehr Flexibilität, Deine Lernzeit selber einzuteilen.

Die Finanzierung von Coaching und EVA erfolgt über eine Reduktion der Unterrichtszeit in den Grundlagenfächern: Statt in 45-Minuten-Lektionen wirst Du in diesen Fächern künftig in 40-Minuten-Lektionen unterrichtet.

Wichtig zu wissen:

- Diese Reduktion betrifft ausschliesslich die Grundlagenfächer im Gymnasium Plus.
- Ergänzungsfächer, Schwerpunktfächer, Wahlfächer sowie Klassenstunden werden weiterhin in 45-Minuten-Lektionen unterrichtet.
- Für das Schuljahr 2026/27 ist vorgesehen, die Grundlagenfächer in der Regel in Doppelstunden zu je 80 Minuten zu unterrichten. Im Übergangsjahr 2025/26 ist dies leider noch nicht in allen Fällen umsetzbar, weshalb im Stundenplan teilweise weiterhin 40-Minuten-Lektionen erscheinen werden.

Wir arbeiten intensiv daran, Coaching und EVA so zu gestalten, dass sie die reduzierte Unterrichtszeit nicht nur kompensieren, sondern Dir einen echten Mehrwert für Dein Lernen schaffen. Dazu zählen:

- unser bewährter, interner Qualitätszyklus,
- gezielte Weiterbildungen für Lehrpersonen im Schuljahr 2025/26,
- weitere Evaluationen

### **6. Lerncoaching ab der 3. Klassenstufe: Gezielte Unterstützung – individuell, flexibel und bedarfsgerecht (nur T23, T22):**

In den ersten beiden Klassenstufen (T25 und T24) finden pro Quartal verpflichtende Lerncoaching-Gespräche zwischen den Schülerinnen und Schülern und ihrer jeweiligen Lerncoach-Person statt. Diese Gespräche dienen dazu, Dein eigenes Lernen zu reflektieren, Ziele zu setzen und Selbstverantwortung aufzubauen.

Ab der 3. Klassenstufe (T23 und T22) gehen wir einen Schritt weiter in Richtung Selbstverantwortung:

Das Lerncoaching steht Dir weiterhin zur Verfügung – jedoch nach dem Holprinzip. Das bedeutet: Du kannst bei Bedarf ein Lerncoaching in Anspruch nehmen. Der Antrag erfolgt über die Klassenlehrperson oder direkt bei Petra Weber oder Martina Bieri von der Schuladministration.

Wir ermutigen Dich, die angebotene Unterstützung aktiv zu nutzen – sei es zur Klärung von Lernstrategien, zur Strukturierung des Schulalltags oder zur Arbeitsorganisation.

### **7. Weitere Informationen (für K- und T-Klassen)**

Weitere Informationen (besondere Anlässe, Termine und dergleichen) werden im schulNetz, an den Anschlagbrettern, per Email oder über die Klassenlehrpersonen kommuniziert. Du hast hier ein Holprinzip, dich im schulNetz, an den Anschlagbrettern und im E-Mail selbstständig und regelmässig zu orientieren.