

Zehn Jahre Gesunde Schulen im Mühlenkreis

Minden-Lübbecke - 18. Nov. 2017



Aufgeregte Schülerinnen und Schüler schwirren durcheinander. Der VIP-Raum der Kampa-Halle in Minden ist erfüllt von Stimmengewirr und Musik. Während auf der Leinwand Bildimpressionen aus den letzten zehn Jahren „Gesunde Schulen im Mühlenkreis“ zu sehen sind, kommen die rund 150 Gäste aus den Bereichen Schule, Gesundheit und Verwaltung zur Jubiläumsfeier an. In diesem Jahr feiert das Projekt „Gesunde Schulen im Mühlenkreis“ des Kreises Minden-Lübbecke sein zehnjähriges Jubiläum.

Schülerinnen und Schülern gesunde Ernährung und Bewegung zu vermitteln liegt im Trend. Das zeigt bereits die große Zahl der Gäste an diesem Tag, und auch für das laufende Schuljahr hatte Landrat Dr. Ralf Niermann bereits 27 weiterführende Schulen ausgezeichnet. „Wir möchten motivieren und „Lust auf Gesundheit“ machen“, sagt Dr. Niermann zu Beginn der Jubiläumsveranstaltung. „Das Projekt Gesunde Schulen im Mühlenkreis ist bei uns fest verankert und gibt den Schulen die Gelegenheit, sich mit Gesundheit, Ernährung und Bewegung intensiv auseinanderzusetzen. Dabei konnte im Entstehungsjahr 2007 niemand ahnen, welche Entwicklung das Projekt einmal nehmen würde: Die Teilnehmerzahl hat sich über die Jahre mehr als verdoppelt.“



Als besondere Stargäste berichten Handballspieler Nils Torbrügge und Jó Gerrit Genz vom TUS N-Lübbecke sowie Max Staar und Mats Korte von GWD Minden, welche Erfahrungen und Erkenntnisse sie im Laufe ihres Sportlerdaseins in Sachen Gesundheit bereits sammeln konnten.

Dass in den zehn Jahren Projektarbeit auch das Netzwerk von Expertinnen und Experten in Sachen Gesundheit immer größer geworden ist, erklärt Rolf Kauke, Geschäftsführer der BKK Melitta Plus, stellvertretend für die im Projekt engagierten Krankenkassen. Projektkoordinator Dr. Christian Adam, auf dessen Initiative das Projekt vor zehn Jahren entstanden war, hat sie auch zur Jubiläumsfeier zusammen gebracht. Auf dem Markt der Möglichkeiten sind alle vertreten: Die AOK NordWest, die BKK Melitta Plus, die IKK classic und die Sparkasse Minden-Lübbecke. Auch die Projektpartner, das Netzwerk Bildung und Gesundheit NRW, die Beratungsstelle für Suchtkranke des Diakonischen Werkes Minden und die Fachstelle für Suchtprävention des Kreises Minden-Lübbecke sind hier aktiv dabei. Einzelne Schulen wie die Realschule Nord aus Bad Oeynhausen und die Gesamtschule Porta Westfalica sind zusätzlich auf dem Markt der Möglichkeiten mit Ständen und Aktionen vertreten.

Alle Beteiligten sind sich einig, dass die Primärprävention einen wichtigen Platz einnehmen muss. Gemeinsam ziehen hier alle an einem Strang um für das Themenfeld Gesundheit zu sensibilisieren.



Der große Themenkomplex Gesundheit spiegelt sich auch im abwechslungsreichen Programm der Jubiläumsfeier wider. Von Experimenten, Infos, Akrobatik, Wortkunst bis Theater ist alles dabei. Die Stadtschule Lübbecke zeigt die Kunst der Akrobatik. Von der Kurt-Tucholsky-Gesamtschule kommt ein Film über das Thema gesunde Schulernährung im Großküchenbereich. Das Ratsgymnasium Minden zeigt Szenen einer Essstörung und das Herder-Gymnasium Minden ist mit einem „Poetry Slam“ zum Thema Gesunde Schule zu sehen. Auch beim Thema gesunde Ernährung kommen die Jubiläumsgäste auf den Geschmack. Die Schule Rodenbeck hat mit viel Engagement leckere und gesunde Snacks vorbereitet.

Mit Begeisterung gestalten die Schülerinnen und Schüler das Jubiläumsprogramm. Der aus Bremen angereiste Lehrer und Psychologe Dr. Marcus Eckert, Begründer des Instituts für LernGesundheit, begeistert mit seinem interaktiven Vortrag „Die gute gesunde Schule“ Lehrer und Schüler gleichermaßen für das Thema. Mit vielen kleinen Experimenten nimmt er den Ort Schule als wichtigen Lernort unter die Lupe. Er zeigt auf, wozu Stress und Emotionen gut sind und warum Empathie „cool“ und wichtig ist. Schnell wird klar, dass eben auch das soziale Miteinander, Achtsamkeit und Strategien zum Umgang mit Stress eine wichtige Rolle für die eigene Gesundheit spielen. Hier betont Dr. Eckert wie wichtig es ist dafür zu sorgen, „Hornhaut auf der Seele zu bekommen“. Ziele zu erreichen ist einfach und sollte es auch sein, macht er den anwesenden Schülern und Lehrern Mut.

(Text und Fotos: Janine Kückhold / Kreis Minden-Lübbecke)