

Beatenberg | 28. August 2008

Schulen kämpfen gegen Übergewicht

Jugendprojekt Schtifti Freestyle Tour stoppte in Beatenberg

Über 80 Kinder und Jugendliche, die in Beatenberg zur Schule gehen, haben am Donnerstag an der Schtifti Freestyle Tour teilgenommen. Dieses Projekt stellt Bewegung und Ernährung ins Zentrum und behandelt diese Themen überzeugend benutzerfreundlich.



Trockene Materie, aber gut vermittelt: Ein Coach der Schtifti Freestyle Tour erklärt, welche Nahrungsmittel gesund sind und welche weniger.

Foto: Annette Marti

Lehrerin Verena Moser ärgert sich, wenn sich ein Schüler über Mittag von einem mit Lachs belegten Brötchen und eineinhalb Liter Coca Cola ernährt. «Die Essgewohnheiten unserer Schüler sind zum Teil haarsträubend», sagt sie. Bemerkbar werden solche Dinge

am Mittagstisch der Schule Beatenberg oder auf Schulreisen. Als ein übermässiges Problem würde Moser das Thema Ernährung und Bewegung zwar nicht bezeichnen. Trotzdem scheint es ihr wichtig, die Kinder und Jugendlichen zu sensibilisieren. Die Lehrerschaft der Schule Beatenberg freute sich deshalb besonders, dass auf Initiative des Instituts Beatenberg das Jugendprojekt Schtifti Freestyle Tour am Donnerstag in Beatenberg Halt gemacht hat. Insgesamt 80 Schülerinnen und Schüler durften am eintägigen Programm teilnehmen und hatten sichtlich Spass daran.

Wasser und nicht Cola

Was es mit Früchten auf sich hat, weshalb Wasser so wichtig ist und weshalb ein Döner trotz Gemüse nicht unbedingt als sehr gesund bezeichnet werden kann, erläuterte ein Coach der Schtifti Freestyle Tour den Kids nach dem Mittagessen. Er verstand es, die an sich trockene Materie in einer Sprache zu vermitteln, die den Jugendlichen vertraut ist. Kein von-oben-herab Referieren, «niemand ist unfehlbar», aber es gibt gewisse Dinge, die dem eigenen Körper schlicht nicht besonders gut tun. Vermutlich sind die Personen, die beim Projekt mitarbeiten der Schlüssel zum Erfolg. Denn sie vermochten nicht nur Wissen zu verabreichen, sondern auch Lebenslust, Freude und Witz. Das wirkt ansteckend. Die Beatenberger Schüler stellten der Schtifti Freestyle Tour auf jeden Fall ein gutes Zeugnis aus. Sie waren mit Eifer dabei, hörten zu und liessen sich begeistern.

Spass am Sport vermitteln

Der Morgen stand im Zeichen verschiedener Freestyle-Sportarten. Auf dem grossen Parkplatz in der Waldegg durften die Schülerinnen und Schüler neue Sportarten kennenlernen und ausprobieren, zum Beispiel Skateboard fahren, Footbag oder Frisbee spielen oder Breakdance tanzen. Sandro Müller, Betreuer am Institut Beatenberg und Verantwortlicher für Soziales und Freizeit, war über das Echo sehr zufrieden: «Wenn man den Jugendlichen so etwas zeigt, nehmen sie das extrem gerne an. Sie können so etwas Neues lernen.» So ist zum Beispiel jedes Kind mit dem Skateboard über die Startrampe hinunter gefahren, obwohl sich das am Anfang die wenigsten zugetraut hatten. «Glücklich bin ich auch, dass wir diesen Anlass gemeinsam mit der öffentlichen Schule durchführen konnten», sagte Müller weiter. Es war der erste gemeinsame Event der beiden Schulen. Der Anstoss für das Projekt ergab sich laut Müller nicht aus einem Notstand heraus. Doch auch er ist sicher, dass Ernährung und Bewegung ein Thema sind, mit dem sich Schulen Schritt für Schritt auseinandersetzen müssen.

ARTIKELINFO:

Online seit:
28.08.2008, 20.00 Uhr
Autor/in: Annette Marti
Seitenaufrufe: 662
Artikel Nr. 88133
Ausdruck vom: 09.09.2008

Jungfrau Zeitung, Aarmühlestrasse 1/Postfach, CH-3800 Interlaken
verlag@jungfrau-zeitung.ch