

## Die gesunde Stunde

Träger: Gesundheitsdienst für Landkreis und  
Stadt Osnabrück

### Pressberichte



**Was für ein Zirkus!:** Schüler der Antoniusschule gehen unter die Akrobaten: Manege frei hieß es für die Antoniusschule Georgsmarienhütte. An der Grundschule standen nicht Mathematik und Deutsch auf dem Programm, sondern Bewegung und Koordination. 25 Eltern und Kinder konnten sich im Rahmen des Landkreis-Projektes „Gesunde Stunde“ zusammen mit dem Gaukler Olaf Pieper an Einrädern, Diabolos und Jonglierkeulen versuchen. Nach einer kurzen Einführung durften sich Schüler und Eltern an den Geräten austoben. Jonglieren trauten sich die meisten zu. Nur die Mutigsten, also die Schüler, wagten sich jedoch an die Hochräder oder die Balancierkugel. Zum Abschluss konnte das Erlernte in einer Vorführung gezeigt werden. Profi Olaf Pieper präsentierte sogar eine Jonglage mit Feuer. Der Gesundheitsdienst des Landkreises Osnabrück möchte mit dem Projekt „Gesunde Stunde“ eine gesunde Lebensweise fördern und Jugendliche dazu motivieren, mindestens eine Stunde am Tag etwas Gesundes zu essen oder zu unternehmen. Auf dem Foto zeigt Olaf Pieper (rechts) allen Teilnehmern, wie es geht. Foto: Landkreis Osnabrück

## Grundschule Vehrte erlebt Gesunde Märchenstunde

So ruhig haben es die Lehrer der Grundschule Vehrte in ihren Klassenräumen wohl selten: Sabine Meyer vom Erzähltheater Osnabrück berichtet gekonnt von Dornröschen oder dem Froschkönig – und Groß und Klein kommen aus dem Staunen nicht mehr hinaus. So geschehen jetzt bei einem Märchennachmittag der Gesunden Stunde.

Die Geschichten der Gebrüder Grimm kennt eigentlich jeder – doch wenn Meyer mit viel Fantasie und Erzählungsgabe die Märchen vorträgt, dann hören sogar die Eltern der etwa 20 Schülerinnen und Schüler an diesem Nachmittag gebannt zu. Meyers Geheimnis: „Ich beziehe die Zuhörer mit ein, Frontalunterricht oder einfaches Vorlesen gibt es bei mir nicht.“ Die ausgebildete Märchenerzählerin brachte ein prall geschnürtes Ränzlein mit alten, aber auch modernen Geschichten mit: Neben Froschkönig, Dornröschen und Co gab es eigene Kreationen, wie beispielsweise „Engelchen und Teufelchen“. Der erhobene Zeigefinger blieb allerdings, wie übrigens auch jegliches Manuskript, zu Hause. Dennoch: „Jedes Märchen hat seine Botschaft, schließlich geht es auch immer um Leben und Tod, Hass und Liebe“, erklärte Meyer.

Und die Verbindung zum Landkreis-Projekt Gesunde Stunde? „Gesunde Stunden müssen nicht immer etwas mit Sport zu tun haben“, weiß Projektkoordinatorin Silke Tegeder-Perwas. „Vielmehr geht es uns darum, Eltern und Kindern zu zeigen, dass eine spannende Nachmittagsgestaltung auch ohne Fernseher oder Computer möglich ist.“ Diese Erfahrung in Meyers Märchenstunde machte auch Dirk Oelgeschläger mit seinen beiden Kindern. „Die Art des Erzählens hat uns super gefallen, auch die Interaktion zwischen Kindern und Sabine Meyer. Das hat auf jeden Fall für weitere Märchenstunden daheim inspiriert.“ Und dann wird es im Hause Oelgeschläger sicher auch ruhig wie sonst selten sein.

S.B.

***Erzählerin Sabine Meyer in ihrem Element: Gestenreich trug sie in der Grundschule Vehrte sowohl Klassiker, als auch neue Geschichten aus dem Reich der Märchen vor.***



## Mit viel Spaß immer in Bewegung „Gesunde Stunde“ in der Jellinghausschule spielerisch verbracht

MO 2 21. 12. 04

**SNABRÜCK.** Mehr als 140 zufriedene Kinder, viele interessierte Eltern und glückliche Gewinner: Die Freude an Spieleschulung in der Jellinghausschule war groß. Als Teil des Projekts „Gesunde Stunde“ wurde der Gesundheitsdienst der Landkreise und -Stadt Osnabrück in Zusammenarbeit mit dem Kinderhospital Osnabrück eingeladen, viele zu spielen und einen Nachmittag gemeinsam im Kreis der Familie und Freunde zu verbringen.

Die Grundschüler nehmen Angebot an – und haben richtig Spaß daran, die von Firma Schäffer zur Verfügung gestellten Brett- und Kartenspiele auszuprobieren. „Ich finde den Nachmittag hier total super“, sagt die fünfjährige Marilina. Und

läuft gleich zum nächsten Tisch und damit zum nächsten Spiel. Kein Einzelfall, denn die Jellinghausschüler sind an diesem Nachmittag immer in Bewegung: Kaum ist eine Partie zu Ende, geht es zum nächsten Duell bei „Verflixxt“, „Billy Biber“ und

*„Toll, was aus der Idee hier gemacht wird“*

**Hermann Cordes, Stiftungsvorstand**

den vielen verschiedenen Spielen.

Dann wird auch schon mal die Pausenhalle ins Spielcasino umgewandelt, das Klassenzimmer dient als Spielwiese. Heute sind die Lehrer mal gewöhnliche Mitspieler, genauso wie alle anderen Er-

wachsenen. Zu denen gehört auch Dr. Sabine Schmidt vom Gesundheitsdienst für Landkreise und Stadt Osnabrück: „Wir sind sehr froh, dass unsere Idee der Gesunden Stunde hier so angenommen wird.“ Zu weiteren Stellungnahmen bleibt keine Zeit, die jungen Brettspiel-Kontrahenten läuten gerade die nächste Runde ein.

Mehr Zeit hat da Hermann Cordes, Vorstand der Stiftung Stahlwerk Georgsmarienhütte, die die Gesunde Stunde großzügig unterstützt: „Toll, was aus der Idee hier gemacht wird. Die Kinder sind ja total begeistert. Ich freue mich zu sagen, dass die Stiftungsgelder hier mit Sicherheit richtig angelegt sind.“ Das findet auch Michael Knop, dessen Nachwuchs gerade den Ausweg

wachsenen. Zu denen gehört auch Dr. Sabine Schmidt vom Gesundheitsdienst für Landkreise und Stadt Osnabrück: „Wir sind sehr froh, dass unsere Idee der Gesunden Stunde hier so angenommen wird.“ Zu weiteren Stellungnahmen bleibt keine Zeit, die jungen Brettspiel-Kontrahenten läuten gerade die nächste Runde ein.

Mehr Zeit hat da Hermann Cordes, Vorstand der Stiftung Stahlwerk Georgsmarienhütte, die die Gesunde Stunde großzügig unterstützt: „Toll, was aus der Idee hier gemacht wird. Die Kinder sind ja total begeistert. Ich freue mich zu sagen, dass die Stiftungsgelder hier mit Sicherheit richtig angelegt sind.“ Das findet auch Michael Knop, dessen Nachwuchs gerade den Ausweg

Interesse an Gesunden Stunden dieser Art auch in Zukunft, groß sein dürfte – so wohl bei Kindern als auch Eltern.



**Sichtlich Spaß** hatten die Teilnehmer des Spieleschulungsmittags der Gesunden Stunde in der Jellinghausschule. Dabei waren auch Projektkoordinatorin Silke Tegeder-Perwas, Sabine Schmidt und Hermann Cordes (hintere Reihe). Foto: privat

## Erhöhter Herzschlag am Harderberg

### Grundschul Kinder tanzen mit der Gesunden Stunde

pm **GEORGMARIENHÜTTE.** „The DJ got us falling in love again“ schallt es aus den Lautsprechern in der Turnhalle der Grundschule Harderberg. Der Charthit des R'n'B-Künstlers Usher trifft bei den kleinen Schülern voll ins Schwarze. Ausgelassen legen die Kinder eine einstudierte Tanzchoreografie aufs Parkett. Hintergrund: Im Rahmen des Projekts „Gesunde Stunde“ steht für die Kinder heute Tanzen statt Mathe auf dem Stundenplan.

Für den erhöhten Herzschlag verantwortlich sind Jana Danilovic und Selim Yarin von der Tanzschule Albrecht. Die beiden ausgebildeten Tanzlehrer haben für die Schulkinder eigens eine Choreografie auf die Beine gestellt, die nun gemeinsam einstudiert wird. „Unsere Erfahrung ist, dass die Kinder bei solchen Aktivitäten immer sofort mit Herz bei der Sache sind“, erzählt Selim. Und Jana ergänzt: „Beim Tanzen trainiert man Körper

und Geist, wir fordern vor allem koordinative Fähigkeiten ab.“

Fordernd ist die schweißtreibende Tanz-Einheit ohne Zweifel, doch nach dem zweiten Durchgang bleiben alle Kinderbeine im Takt, die Bewegungsabfolge stimmt. Mit dabei sind auch einige Eltern, die der Begeisterung ihres Nachwuchses folgen und ebenfalls mitmachen. „Die Gesunde Stunde ist ein Projekt für die ganze Familie“, sagt Koordinatorin Silke Te-

geder-Perwas. Die Beteiligung vieler Eltern und Lehrer zeige immer wieder, dass „das Projekt angenommen wird“.

Die Aktion kommt bei den Kids an. Bei zwei vorherigen „Gesunden Stunden“ hatte die Tanzschule Albrecht danach einige neue Interessenten. „Für uns ist das auch ein tolles Feedback, wenn die Kinder so viel Spaß haben, dass sie wiederkommen“, erklären Selim Yarin und Jana Danilovic.