

Dicke Kinder – schweres Leben

Aktionsbündnis Kids Vital zieht Zwischenbilanz und lädt Eltern und Pädagogen zu einer Fachtagung ein

■ Kreis Herford. Erhebungen wie die Nationale Verzehrstudie belegen es. An den Hüften der Bundesbürger wachsen die Rundungen. Obwohl es individuelle Ursache geben kann, gilt in der Regel die Binsenweisheit: Zu wenig Bewegung bei zu hoher Energiezufuhr. Auch die ganz Kleinen bekommen heute schon ihren Speck weg.

Fehlende körperliche Aktivität und ungünstige Ernährung sind nicht nur ein Phänomen städtischer Ballungsräume. Auch im Kreis Herford zieht es viele Kinder und Jugendliche eher vor den Computer als auf den Sportplatz oder in die Natur. Kindergesundheit gehört deshalb bereits seit 2005 zu den Topthemen der Gesundheitskonferenz des Kreises Herford. Hier diskutieren Fachleute auf breiter Basis über Lösungsansätze. Doch es bleibt nicht beim Diskutieren. Seit gut einem Jahr werden im Projekt Kids Vital konkrete Handlungsempfehlungen zur Förderung von gesunder Bewegung und Ernährung bei Kindern umgesetzt. So haben sich im Projekt „Mit Eltern geht es besser“ bereits sechs Grundschulen auf den Weg gemacht, um gemeinsam mit Eltern Strategien für mehr Bewegung im Schulalltag ihrer Kinder und auch an Wochenenden umzusetzen. An weiteren Grundschulen wird das Programm demnächst aufgegriffen.



Kalorien und keine Bewegung: Zwei Jungs sitzen auf einem Sofa und essen Chips während sie dem Fernsehprogramm folgen. Durch falsche Ernährung und fehlende körperliche Aktivität leiden schon viele Kinder an Übergewicht.

FOTO: NW-ARCHIV

Auch Teilprojekte der Sportjugend Herford „Macht euch auf die Socken“ und der Biologischen Station Ravensberg („Spürnasenpfade“) haben bereits Früchte getragen. In der Fachschule für Sozialwesen des Anna-Siemsen Berufskollegs

wurde damit begonnen, die Erzieherinnenausbildung im Fachgebiet „Gesundheit und Bewegung“ weiter zu entwickeln und das Internationale Bildungs- und Beratungszentrum der AWO in Löhne nutzt seine Zugänge zu Mitbürgern ausländi-

scher Herkunft, um gesunde Ernährung und mehr Bewegung ins Bewusstsein der Menschen bringen. In Kooperation mit dem Diakonischen Werk werden schon schwangere Frauen individuell zu „Gesundem Aufwachsen“ beraten.

Dass Ehrenamt ankommt, hat das Elternteam um Kerstin Zahn schon zehn Mal unter Beweis gestellt. Gemeinsam mit Martina Klocke und Andrea Niekamp bringt sie Kindern in Tagestätten und Grundschulen das Thema Milch in einem span-

nenden mehrtägigen Programm näher. Darüber hinaus macht sich Kids Vital gemeinsam mit den beiden Qualitätszirkeln der Kinderärzte in der Region dafür stark, dass ab Frühjahr 2008 bei den Vorsorgeuntersuchungen Familien verstärkt konkrete Empfehlungen zur gesunden Ernährung und Bewegung gegeben werden.

Eltern und Pädagogen, die mehr über die Aktivitäten von Kids Vital wissen und sich über ihre Ideen und Erfahrungen mit Fachleuten austauschen möchten, sind zur großen Fachveranstaltung am 1. März in die Kreisverwaltung Herford eingeladen.

◆ Von 9.30 bis 15 Uhr bietet ein buntes Programm eine Fülle von Informationen: Auf dem „Markt der Möglichkeiten“ präsentieren sich engagierte Schulen und Tageseinrichtungen. Pädagogikprofessor Dr. Heinz Schirp stellt in seinem Vortrag die Effekte von Bewegung auf die Gehirnfunktionen vor. Er schildert eingängig und auf seine bekannt lockere Art, wie Bewegung und Lernen zusammenhängen und warum für Kinder das Lernen eigentlich schon auf dem Fussweg zur Schule beginnt. Anmeldungen nimmt die Geschäftsstelle Kids Vital unter Tel. (0 52 21) 13 21 09 oder Mail kids-vital@kreis-herford.de entgegen. Umfangreiche Informationen zum Projekt Kids Vital hält auch die Website www.kids-vital.de bereit.