

Ein Samstag voller Bewegung

Die Grundschule aus Eilshausen nimmt am Projekt »kids vital« teil

Von Marc Heuer

Hiddenhausen (HK). Bewegung und gesunde Ernährung sind für Kinder von großer Bedeutung. Grund genug für 70 Eltern und Kinder der Grundschule Eilshausen, an dem Projekt »kids vital« des Kreises Herford teilzunehmen.

Unter dem Motto »Mit Eltern geht es besser« stehen bei unterschiedlichen Ausflügen und Aktionen Bewegung und eine bewusste Ernährung im Vordergrund. So hatten die Eltern am Samstag einen Apfeltag organisiert. Zusammen mit ihren Kindern wanderten sie von der Grundschule Eilshausen zum Obsthof Otte.

Dort durften dann vier Apfelbäume abgeerntet werden, bevor die fruchtige Ladung mit einem Bollerwagen wieder zurück zur Grundschule gebracht wurde. Dank der Unterstützung vom Naturschutzbund Deutschland (NABU) – Ortsgruppe Rödinghausen – die eine Apfelpresse zur Verfügung stellte, wurde dann aus selbst geernteten Äpfeln Apfelsaft.

Auch Traubenspieße, garniert mit Schokoladen-Streuseln und Käsehäppchen, die in bunten Förmchen serviert wurden, sollen durch bunte Farben interessanter für Kinder werden und sie somit näher an eine gesunde Ernährung bringen.

Damit neben der Ernährung auch der zweite Hauptbestandteil des Projektes, nämlich Bewegung, nicht zu kurz kommt, standen bei früheren Ausflügen bereits Turnen und Jonglage auf dem Programm. Dass die Eltern eine wichtige Rolle bei dem Projekt einnehmen, wird nicht nur bei dem Motto »Mit Eltern geht es besser« deutlich.

Eltern und Kinder sollen bei den Veranstaltungen zusammen Bewegung und gesunde Ernährung lernen und beibehalten. »Wenn Kinder häufig alleine sind, leidet oft



Kurze Verschnaufpause, bevor aus Äpfeln Saft wird: | Vivien, Julia, Noel, Jonathan und Robin haben Spaß an Patrick, Fara, Sophia, Andreas, Lia, Laura, Neneh, Inga, | gesunder Ernährung. Foto: Marc Heuer

die Ernährung darunter. Deswegen ist die Einbindung der Eltern besonders wichtig«, erklärt Freyja Damm von der Projektgeschäftsstelle »kids vital« des Kreises Herford.

Zusammen mit dem Schulamt Herford werden insgesamt 13 Schulen im Kreis bei dem Projekt unterstützt. Die Organisation der Ausflüge wird dann von der Elterngruppe organisiert. So sind etwa Susanne Zinnecker und Ute

Schröder Teil einer Arbeitsgruppe aus Eltern der Grundschüler in Eilshausen.

Auch die Eltern wissen die Angebote des Projektes zu schätzen: »Manche Ausflüge oder Jonglage-Kurse kann man mit seinen Kindern teilweise gar nicht alleine organisieren. Da haben wir durch das kids vital-Projekt viel mehr Möglichkeiten, unseren Kindern etwas Interessantes zu bieten«, sagt Susanne Zinnecker.

Nicht nur die Eltern, auch die Grundschüler aus Eilshausen haben ihren Spaß. »Das Turnen mit den vielen unterschiedlichen Geräten fand ich am besten«, sagt die achtjährige Laura. Auch bei dem nächsten »bewegten Samstag« steht wieder die körperliche Verfassung im Vordergrund. Im Oktober werden Eltern und Kinder eine Märchenwanderung samt Märchenerzähler durch den Kurpark Bad Oeynhausen unternehmen.