

Pressemitteilung

Lions Club Porta Westfalica



Auszug aus Mindener Tageblatt vom 9.4.2016 :

Mit Klaro gesund leben

Das Projekt „Klasse 2000“ an der Hohenstaufenschule hilft Kindern im Alltag.
Der Lions Club Porta Westfalica unterstützt die Aktion.

Von Ulrike Mißbach

Minden (mt). Gesund, stark und selbstbewusst – so sollen Kinder aufwachsen. Dabei unterstützt sie „Klasse 2000“, ein Unterrichtsprogramm zur Gesundheitsförderung, Sucht- und Gewaltvorbeugung in der Grundschule. Seit rund 20 Jahren gehört es an der Hohenstaufenschule zum festen Programm.

„Bei der Aktion, die sich von der ersten bis zur vierten Klasse erstreckt, erfahren die Kinder, was sie selbst tun können, damit es ihnen gut geht und sie sich wohlfühlen“, erklärt Schulleiterin Kathrin Kosiek. Zum Spektrum gehören gesunde Ernährung sowie Bewegung und Entspannung. Zudem üben die Kinder, mit Gefühlen umzugehen, Probleme zu lösen sowie Streit, ohne Gewalt zu schlichten. Ein weiterer zentraler Aspekt ist zudem die kritische Auseinandersetzung mit Alkohol, Tabak und Werbung.

Immer mit an der Seite der Grundschüler: Symbolfigur Klaro. Das Maskottchen begleitet die Schüler von der ersten bis zur vierten Klasse. Sie können sie nach Geschmack kleiden. Im regulären Unterricht werden mit vielen praktischen Übungen die Themen erarbeitet. Sie reichen über gesund essen und trinken; sich selbst mögen und Freunde finden bis hin zu kritisch denken und Nein sagen können; Bewegung und entspannen sowie Probleme und Konflikte lösen.

Die Klassen erhalten jedes Jahr ein neues Materialpaket mit verschiedenen Lehrer- und Schülerheften, Postern und CDs. In den Arbeitsheften können die Schüler festhalten, wie

Die Notizen helfen, das eigene Verhalten deutlicher zu erkennen

viel Obst sie täglich essen beziehungsweise was sie an Süßigkeiten genascht haben. An einem anderen Tag gilt es dann aufzuschreiben, wie viel Zeit sie vor dem Computer gesessen oder ob sie ein Buch gelesen haben. „Da die Kinder alles selber dokumentieren, erkennen sie schnell ihr eigenes Verhalten“, berichtet Kathrin



Das Maskottchen Klaro ist bei der Aktion „Klasse 2000“ an der Hohenstaufenschule immer dabei.

MT-Foto: Alex Lehn

Kosiek. Das helfe ihnen, ihren eigenen Alltag besser zu strukturieren.

Darüber hinaus stehen auch einige Atemübungen an, die die Kinder regelmäßig anwenden. Mit dabei ist stets das Maskottchen Klaro. „Wenn ein Kind etwas überdreht ist, sage ich zu ihm: Mach doch erst mal die Klaro-Atmung“, erläutert die Schulleiterin. In der Regel helfe diese einfache Übung dem Kind.

Da die Materialkosten nicht billig sind – pro Klasse kosten sie 220 Euro – ist die Schule auf Sponsoren angewiesen. Unterstützung findet die Schule – von Beginn an – beim Lions-Club Porta, der das Projekt der Schule vorgeschlagen hat. Weitere Kosten übernimmt die Rudolf-Stiftung. „Die Gelder fließen unter anderem aus dem Verkauf unseres jährlichen Ad-

Fakten

- Klasse 2000 ist ein Unterrichtsprogramm zur Gesundheitsförderung, Sucht- und Gewaltprävention an deutschen Grund- und Förderschulen. Träger ist der gemeinnützige Verein Programm Klasse 2000 e.V. mit Sitz in Nürnberg.
- Entwickelt wurde „Klasse 2000“ 1991 von Medizinern und Pädagogen am Klinikum Nürnberg. Dabei wurde auf Forschungsergebnisse unterschiedlicher Studien zurückgegriffen.
- Ausgehend von Bayern startete Klasse 2000 im Jahr 1991 mit 234 Klassen und breitete sich bundesweit aus.
- Inzwischen ist das Programm in allen Bundesländern vertreten.
- Im Schuljahr 2013/2014 erreichte das Programm deutschlandweit 3432 Schulen mit 18 647 Klassen und 424 921 Kindern. Das waren 14 Prozent aller Grundschulklassen in Deutschland.
- Seit dem Start des Programms im Jahr 1991 wurden über eine Million Kinder erreicht.
- Das Programm Klasse 2000 begleitet die Kinder von Klasse eins bis vier gemeinsam mit der Symbolfigur Klaro.

ventskalenders“, erklärt Hansjürgen Piechota, Clubpräsident des Lions Club Porta Westfalica. „Wir sind begeistert, wie das Projekt an der Schule umgesetzt wird.“

Als die Mitglieder des Lions Clubs erfuhren, dass die erste Klasse der Schule inzwischen fünfzigjährig ist, war ziemlich schnell klar, dass der Lions Club auch die zusätzlichen Kosten übernimmt. „Das war gar keine Frage“, erklärt der Clubpräsident. Schließlich könnten ja nicht einige Kinder ausgeschlossen werden. Auch die Zukunft der Aktion scheint gesichert. So versprach der Lions Club, „Klasse 2000“ auch künftig im Blick zu behalten. „Wir wollen unsere Spenden nicht nach dem Gießkannenprinzip verteilen, sodass die Spender am Ende nicht wissen, wohin das Geld geflossen ist. Wir möchten vielmehr gezielt da helfen, wo es erforderlich ist.“