

# Her mit den Vitaminen!

Vier Schulen bei „Gesunde Kinder in gesunden Kommunen“. Für St. Peter gab's gestern eine Extraportion Obst und Gemüse

Carmen Friemond

Rheinberg. Äpfel, Birnen, Tomaten - das ist einfach. Da muss keiner lange überlegen. Aber was ist das? Die Kinder tasten und raten. Vielleicht eine Möhrrübe? Ganz verkehrt. Ein Rettich ist es, der in der Kiste liegt. Schon wieder was gelernt, und das ist schließlich auch der Sinn des Projekts „Gesunde Kinder in gesunden Kommunen“. Sport und Ernährung sind zwei Säulen im Rahmen dieses Projekts, die in der St.-Peter-Grundschule groß geschrieben werden. Kein Wunder, dass sich die Schule freute, als Karl-Heinz Kusenberg gestern Obst und Gemüse und eine Menge Infos zum Thema gesunde Ernährung servierte.

Kusenberg ist Inhaber des Edeka-Marktes an der Bahnhofstraße, sein Betrieb gehört zu den Geschäften, die sich bei Edeka an der „Aktion Pausenstar“ beteiligen, sprich, Schulen mit gesunden Sachen beschenken dürfen. Plus Info- und Ratespielen, plus Kochbuch. Und nachdem Kusenberg gestern mit Babette Heimes-Krischok ins Gespräch kam, kann er sich vorstellen, sich auf die eine oder andere Art dauerhaft bei „Gesunde Kinder in gesunden Kommunen“ einzubringen.

## Bewegung und Ernährung

Babette Heimes-Krischok

„Gesunde Kinder in gesunden Kommunen“ bei der Stadt Rheinberg. Anders ausgedrückt: Sie ist die Schnittstelle zwischen der Projektleitung auf der einen und den Beteiligten in Rheinberg auf der anderen Seite. Wie den vier Grundschulen (St. Peter, Paul-Gerhardt, Grote Gert und jetzt neu Ossenberg) und den beteiligten Sportvereinen (Concordia, TuS 08 Rheinberg).

St.-Peter-Schulleiterin Gabi Krekeler und ihr Team waren von Anfang an angetan. Es passte ins Schulkonzept. St. Peter ist auch bei den „Bewegten Schulen“ dabei. Ausgesucht wurde ein Jahrgang, er-



Lecker und gesund - das passt ganz prima zusammen, wissen die St.-Peter-Schüler.

Foto: Heiko Kempken

klärt die Schulleiterin, das seien die beiden ersten Klassen im vergangenen Schuljahr gewesen, die jetzt bis zur vierten Klasse mitmachen werden. Am Anfang war die Bestandsaufnahme: Was können die Kinder? Wie fit, wie beweglich sind sie? Wie sieht's aus mit dem Gewicht? Und, und, und. Besonders gut kam bei den Kindern ein Nachmittag an, an dem die Eltern ebenfalls mit Übungen auf ihre Beweglichkeit getestet wurden. Die individuellen Ergebnisse für jedes Kind gingen an die Eltern.

Beim Fest blieb es nicht. Neben den drei Pflichtsportstunden satteln St. Peter und die

anderen Schulen mit Vereinsübungsleitern noch zwei weitere obendrauf. Und, freut sich Gabi Krekeler, in der dritten regulären Sportstunde sei ebenfalls ein Übungsleiter mit dabei, so dass auch hier intensivere Förderung möglich sei. Nicht zu vergessen die Bewegung, ergänzt Babette Heimes-Krischok. Kinder sollten sich 60 Minuten am Tag bewegen, was heute aber nicht mehr selbstverständlich sei. Durch den zusätzlichen Sportunterricht gebe es an fünf Tagen Sport in den Schulen.

Eine zweite Säule des Projekts: die Ernährung. Die Ökotrophologin, die den

Kochkurs an St. Peter macht, hat schon angekündigt, die Rezepte aus den gestern gespendeten Kochbüchern mit den Kindern nachzukochen.

Wie geht's weiter? Die Projektleitung habe schon angekündigt, sagt Gabi Krekeler, auch die Schulhöfe in Augenschein zu nehmen. Und Babette Heimes-Krischok kann sich gut vorstellen, dass das Thema Ernährung weiter ausgebaut wird. Das Projekt läuft auch in den Niederlanden, dort gebe es eine Aktion zum Schulgemüse. Die Kinder hätten Extraboxen bekommen, in denen sie täglich Gemüse mit in die Schulen bringen würden.

## DAS PROJEKT

### Früh anfangen

Vereine, die sich am Euregio-Projekt „Gesunde Kinder in gesunden Kommunen“ beteiligen, haben die Möglichkeit, ihre Übungsleiter für die Arbeit kostenlos schulen zu lassen. Die Stadt Rheinberg würde sich über weitere Übungsleiter freuen. Interessenten können sich bei Babette Heimes-Krischok, ☎ 02843/171-356, oder dem Stadtsportbund melden. Infos zum Projekt gibt's unter [www.gk-gk.de](http://www.gk-gk.de)