

„Startschuss für ein neues Bewusstsein“

Besuch im AquaFun als Lohn für ein gesundes Frühstück an der Möhneseschule

Körbecke – 50 Kinder aus den Klassen 5a und 5b und damit der gesamte Fünfer-Jahrgang der Möhneseschule sind jetzt baden gegangen. Einen unvergesslichen Ausflug nach Soest ins AquaFun haben sie gewonnen. Weil sie gesund gefrühstückt und dabei Punkte gesammelt haben. Die in der sechs haben auch mitgemacht, am Ende fehlten aber doch ein paar Punkte.

Routinen verflachen

Was lief da ab? Schulsozialarbeiterin Lisa Schirmer verabredete mit der Möhneseschule, dass es für die Fünfer- und Sechserklassen in der zweiten Stunde noch vor der großen Pause eine gemeinsame Frühstückszeit geben sollte. Aufgabe: Alle zeigen, was sie mitgebracht haben von zuhause. Zuckerfreie Getränke, Vollkornprodukte und mindestens eine Portion Obst oder Gemüse brachten Punkte – wenn mindestens 75 Prozent in der Klasse eines der Kriterien erfüllten. Die Punkte konnten die Klassen auf eine große Übersicht kleben, und alle sahen, wer wo stand.

Lisa Schirmer kennt diese gemeinsame Frühstückzeit von Grundschulen. An den weiterführenden Schulen gebe es das dann nicht mehr. Das Ergebnis: Routinen verflachen in einem neuen Schulalltag, der mehr



Vor dem AquaFun in Soest stellten sich die Fünfer-Klassen zum Erinnerungsbild auf.

LISA SCHIRMER

Hektik mitbringt. Der Schullock lockt. Dabei sei ein gesundes Frühstück essenziell für den Schulalltag, fördere Konzentration und Stimmung, langfristig auch gesunde Ernährungsgewohnheiten, erläutert Schirmer weiter.

Schulleitung und Lehrer unterstützten die Aktion und waren Jury. Die gemeinsame Viertelstunde vor dem Klingeln zur großen Pause kam bestens an, wie Lisa Schirmer jetzt erzählte: Nach vier Wochen Punkte sammeln wurde ausgewertet. Beide Fünferklassen lagen vorne. Als Belohnung für vier Wo-

chen Achtsamkeit gab es ein gemeinsames Frühstücksbuffet von „Katrins Häppchen-Factory“. Anschließend ging es mit dem Bus zu einem Besuch ins AquaFun, Mittagssnack inklusive.

Lisa Schirmer ist glücklich: „Die Frühstücksinitiative war nicht nur ein voller Erfolg, sondern auch der Startschuss für ein neues Bewusstsein in der Schulgemeinschaft: Teamgeist, Spaß und gesunde Ernährung können Hand in Hand gehen – und das mit beeindruckenden Ergebnissen!“ Die Viertelstunde für die Fünfer

und Sechser bleibt erhalten – vielleicht als Vorbild für alle Jahrgangsstufen.

Lisa Schirmer: „Ein besonderer Dank gilt der Stiftung ‚Kinder der Gemeinde Möhnesee‘ für die großzügige Unterstützung. Dank der Stiftung konnte diese Idee überhaupt erst umgesetzt werden. Nach dem Vortragen der Idee und der Anfrage einer möglichen Unterstützung wurde kurzerhand beschlossen, dass das gesamte Vorhaben finanziert wird. Jeder spendete Cent wird von der Stiftung mit größter Sorgfalt in Projekte investiert, die

das Wohl unserer Kinder fördern und bereichern. Diese Stiftung setzt Ideen in die Tat um und sorgt dafür, dass aus Plänen unvergessliche Erlebnisse werden. Wir möchten alle ermutigen, diese wertvolle Arbeit zu unterstützen – jede Spende, ob groß oder klein, trägt dazu bei, weitere wunderbare Initiativen für die junge Generation zu ermöglichen.“

brü

Information

Spenden an die Stiftung „Kinder der Gemeinde Möhnesee“, IBAN DE94 414 500 75 0000 0945 32