

Suchtvorbeugung beginnt schon im Grundschulalter

Lions-Club Weinheim fördert Projekt „Klasse 2000“ an der Sepp-Herberger-Grundschule in Hohensachsen

Hohensachsen. (G.J.) Aufgrund der Tatsache, dass keine soziale Schicht, kein Bildungsgrad und keine noch so hohe berufliche Stellung vom Krankheitsrisiko Sucht ausgeschlossen ist, hat das Institut für Präventive Pneumologie am Klinikum Nürnberg mit dem Projekt „Klasse 2000“ Deutschlands größtes Unterrichtsprogramm für Gesundheitsförderung und Suchtvorbeugung an Grundschulen entwickelt. Denn viele Verhaltensmuster der Sucht entstehen bereits in der Kindheit und Suchterkrankungen haben häufig ihre Wurzeln in frühen Jahren. Heute weiß man, dass vieles seine Ursache in den ersten acht Lebensjahren eines Menschen hat und deshalb sollten Kinder besonders schon im Grundschulalter durch das Projekt „Klasse 2000“ angeregt werden, durch gesundheitsförderndes Verhalten wie zum Beispiel Bewegung, Entspannung und gesunde Ernährung zu einer bewussteren Körperwahrnehmung und einer positiven Einstellung zur Gesundheit hingeführt werden.

„Klasse 2000“ begleitet die Kinder von der ersten bis vierten Klasse. In dem ganzheitlichen Konzept werden die Inhalte spielerisch vermittelt. Dieses Programm der Suchtvorbeugung durch Gesundheitsförderung der Grundschüler hat mittlerweile bundesweit gegriffen und in Weinheim ist der Lions-Club der lokale Motor, der durch finanzielle Zuwendungen von 280 Euro pro Klasse und Schuljahr dieses Aufbauprogramm unterstützt.

Präsident Dr. Volker Langbein und Götz Diesbach vom Lions-Club sind der Auffassung, dass man bei Kindern das Bewusstsein nicht früh genug schulen kann, sich



Der Lions Club Weinheim fördert das Projekt „Klasse 2000“ an der Sepp-Herberger-Grundschule in Hohensachsen. Unser Bild zeigt eine Übung mit dem Schwungtuch, die im Rahmen der Gesundheits-Unterrichtsstunde durchgeführt wurde.
Bild: Borgenheimer

vor Sucht zu schützen. Zumal die Gesundheit unserer Kinder eine Investition in unserer aller Zukunft sei. So trage „Klasse 2000“ von der ersten Unterrichtsstunde an zu einer gesunden Lebensweise der Kinder bei und andererseits auch zum Wohle der gesamten Gesellschaft. Schließlich seien Kinder voller Wissensdrang, hätten eine naturgegebene Lebensfreude und Spaß an Bewegung. Nichts liege deshalb näher, die positiven Haltungen frühzeitig zu unterstützen und die Entwicklung zu einem gesunden und suchtfreien Leben zu fördern.

Kinder im Grundschulalter brauchten nunmal eine Leitlinie. Denn es sei durchaus realistisch, wenn falsches Verhalten in den ersten Jahren eines Menschen später bei dem jungen Menschen zu süchtigem Verhalten führe und daher stelle sich der Lions-Club als Ansprechpartner in Weinheim vor Ort zur Verfügung.

Rektor Konrad Gieringer steht diesem Projekt sehr positiv gegenüber und so lernen Hohensachsens Grundschüler außer schreiben, lesen und rechnen, richtig zu atmen, auf ihre Gesundheit zu achten und sie

zu pflegen. Die „gesunden Unterrichtsstunden“ ergänzen bereits im zweiten Jahr den Lehrplan und das Projekt hat sich auch aufgrund der positiven Einstellung der Lehrkräfte zu diesem langfristig angelegten Programm mit seinen verschiedenen Themenbereichen in Gesundheitsförderstunden an der Sepp-Herberger-Grundschule bestens etabliert.

Den Projektbereich „Atmung und Bewegung außerhalb des Schulunterrichts selbst“ übernahm die Ärztin und Gesundheitsförderin Dr. Karin Scheurich aus Oberflockenbach. Rektor Gieringer hatte jetzt Dr. Volker Langbein und Götz Diesbach vom Lions-Club eingeladen an einer Gesundheits-Unterrichtsstunde in der Mehrzweckhalle unter dem Motto „Früh übt sich, wer gesund bleiben will“ teilzunehmen. Mit Begeisterung waren die Kinder zum Beispiel bei den Übungen mit dem Schwungtuch bei der Sache. Doch ist das Programm sehr vielfältig und Dr. Scheurich hat für jede ihrer Unterrichtsstunden in der Mehrzweckhalle immer etwas Besonderes vorgesehen, um den Kindern noch mehr Freude an aktiver Bewegung zu vermitteln, die ihnen auch aufzeigen soll, wie wichtig die richtige Atmung ist, das heißt, das Erkennen des Zusammenhangs zwischen Bewegung und Lungenleistung. Denn wer als Kind Wertschätzung für Körper und Gesundheit entwickelt, der greift später als andere zu Zigarette und Alkohol. Untersuchungen haben ergeben, dass „Klasse-2000-Kinder“ zu einem bedeutenden Anteil gelernt haben „Nein“ zu sagen und der Versuchung des blauen Dunstes widerstehen.