

Heimatmuseum

Putzaktion zum Saisonbeginn

LINDENFELS. Das Lindenfelder Heimatmuseum beendet die Winterpause zum Osterfest am 16. und 17. April. Zunächst gilt es jedoch, dem Winterstaub in Zehntscheune und Museum den Garus zu machen. Die Museumsleitung lädt alle Betreuer des Arbeitskreises Museum und Heimatpflege sowie Interessen-

ten zum gründlichen Reinemachen für Mittwoch, 5. April, ab 15 Uhr ein. Wer Zeit, Lust und Laune hat, sollte sich einfinden und Putzzeug mitbringen. Auch für zwei bis drei Staubsauger gibt es zu tun. Nach getaner Arbeit gibt es noch einen kräftigen Im-

VEREINE LAUTERTAL

Männergesangverein Eintracht Reichenbach: Chorprobe heute (Dienstag) um 19.30 Uhr im Gasthaus „Zur Traube“.

Lauffreud Lautertal: Treffen zum Laufen heute 18.30 Uhr, Elmshausen, Selterswaserhäuschen. Info unter Tel. 06251/39324 (Margit Pösel).

Landfrauenverein Gadernheim: Am Mittwoch, 5. April, kommt der Osterhase zu den Turbobiennen und Datz. Treffpunkt um 16 Uhr im Florian-Info-Treff.

Landfrauenverein Gadernheim: Donnerstag, 6. April, Abendwanderung nach Reichenbach mit Abschluss in der SSV Speise-gaststätte „Am Felsenmeer“. Treffpunkt zum Abmarsch um 19 Uhr an der Voba. Gäste willkommen.

Turn- und Sportverein (TSV) Elmshausen: Treffen der Wanderabteilung am Sonntag, 9. April, um 12.30 Uhr an der Bushaltestelle „Radletplatz“. Um 13 Uhr werden wir in Bensheim am Ritterplatz von den Wanderführern Christa Schultze-Wolters und Willi

Kammer (Tel. 06251/4841 oder 4492) erwartet um Bensheimer Wege zu erkunden. Abschluss in der Weinschänke Hillenbrand. Gastwandlerer willkommen!

Sportgemeinschaft (SG) Lautern: Schnauzturnier am Karfreitag, 14. April, ab 18 Uhr im Vereinsheim. Anmeldung bei Rainer Röhm, Tel. 06254/3141, oder unter www.sg-lautern.de

VEREINE LINDENFELS

Odenwaldklub (OWK) Lindenfels: Am Donnerstag Fitness-Wanderung mit Walking Stöcken. Treffpunkt: Kirschenweg/Ecke „In der Hohl“ um 10 Uhr. Stöcke und Wanderschuhe mitbringen. Weitere Informationen bei Daniela Liebscher (Tel.: 06255/1043) und unter www.owk-lindenfels.de.

Schlierbacher Ortsvereine: Osterfest am Ostermontag, 17. April, um 14 Uhr auf dem Spielplatz. Alle Kinder, Eltern und Großeltern sind eingeladen zu lustigen Spielen rund ums Ei. Bei Regen findet die Veranstaltung im Dorfgemeinschaftshaus statt.



Frühstück einmal anders an der Felsenmeerschule

REICHENBACH. Kurz vor den Osterferien versammelten sich an der Felsenmeerschule in Reichenbach die

Kinder im Schulhof, um das alljährliche gemeinsame Frühstück einzunehmen. Bevor die Kinder jedoch an

dem reichhaltig gedeckten Tisch sich bedienen konnten, wurde der Frühling gesanglich eingeläutet, und

auch die Geburtstagskinder des Monats März bekamen ein Ständchen. *tz/Bild: Lotz*

ANZEIGE



FRED FUCHS FAMILIENKINO

„Die Schlümpfe – Das verlorene Dorf“ im CinemaxX Mannheim, Eintritt 5 Euro

So, 09.04.

14:30 – 15:30 Uhr Spiel und Spaß mit Fred Fuchs

15:30 Uhr Filmbeginn

IN KOOPERATION MIT **CINEMAXX**

MORGEN

morgenweb.de

AUFGEWECKT IN DEN TAG

Mittelpunktschule: Erster Gesundheitstag des Kreises in Gadernheim

Es muss nicht immer der klassische Hamburger sein

Von unserer Mitarbeiterin **Christa Flasche**

GADERNHEIM. Dem Kreis und dem Gesundheitsamt liegt das Wohlergehen der Jüngsten und Jüngeren am Herzen. Deshalb gab es nun einen Gesundheitstag an der Mittelpunktschule Gadernheim. Viel Unterstützung und Zuspruch erfuhr Schulleiter Alwin Zeiß bei der Ausrichtung und der Zusammenarbeit mit externen Kooperationspartnern und dem Kollegium der Schule.

Diana Stolz, Erste Kreisbeigeordnete des Landkreises Bergstraße, Bürgermeister Jürgen Kaltwasser und Reinhold Zolg vom Gesundheitsamt ließen sich gerne von Schulleiter Zeiß durch die Räume führen. Gesünder leben – aber wie? Diese Frage stellte sich an vielen Stationen. Dort klärten versierte Profis die Schüler über viele Dinge in Verbindung mit einem gesunden Leben auf.

„Ohne gesunde Ernährung wäre ein Gesundheitstag nicht denkbar“, warb die Schule für den Tag. Den Gesundheitstag gab es dort erstmals. Alle Klassen beteiligten sich am Programm.

Ein leckeres und gesundes Frühstücksbuffet zauberten die Kinder in der Grundschule auf die Tische. Vollkornbrot, viel Obst und geschnittenes Gemüse lag bereit. An einem Stand der Landfrauen Gadernheim lockte Brot mit dazu selbst zubereiteten Aufstrichen in vielen Variationen. Dort standen viele in der Schlange, um zu kosten und sich danach die Rezepte dazu mit nach Hause zu nehmen.

Es müssen nicht immer klassische Burger sein, lernten die Kinder. Die vegetarischen Burger können locker mithalten und animierten die Schüler gleich zum Ausprobieren.

Schulranzen auf der Waage

Auch einen Sehtest konnte man machen. Es wurden Schulranzen gewogen, denn nicht nur die Ernährung hat Einfluss auf die Gesundheit, sondern auch das Gewicht auf dem Rücken. In einem Raum lagen grüne, blaue, rosa und durchsichtige Spangen der Schüler der dritten und vierten Klassen auf den Tischen. Hier ging es um Zähne, wie man sie putzen und damit kariessicher halten sollte.

Die Spange ist bei zahlreichen Kindern ein langfristiges Thema. „Was kommt denn auf den Löffel für den Abdruck, bevor die Spange her-

gestellt wird?“, wollte die Fachfrau am Pult wissen. „So etwas wie Kaugummi“, kam die Antwort wie aus der Pistole geschossen. Beim Geschmack der Masse schieden sich allerdings die Geister.

Sehr aufschlussreich war der Zuckertisch, an dem es um die – oft versteckten – Mengen an Zucker in Le-

bensmitteln ging. „Wenn die Kinder das mit eigenen Augen sehen, dann bleibt es viel länger in den Köpfen haften“, freute sich Diana Stolz über die Resonanz nicht nur an dieser Station.

Zahnärztin Reinhold Zolg vom Gesundheitsamt fand die Unterstützung gut, den sie bei der Organisati-

on solcher Aktionstage auch von Externen bekommt.

An der Rauschbrille führte auch für Schulleiter Alwin Zeiß kein Weg vorbei. Er musste sich, genau wie seine Schüler, mit ihr von Hüthen zu Hüthen hangeln. „Dieses Angebot ist speziell für die Klassen sieben und acht“, informierte der DAK-Mitarbeiter an der Station.

Kontrastprogramm an der Bar

Alkohol und Prävention war auch zentraler Punkt des Odenwaldinstituts der Karl-Kübel-Stiftung. Jährlich kommen mehr als 26.000 Kinder und Jugendliche mit einer Alkoholvergiftung in ambulante oder stationäre Behandlung. Das „Kontrastprogramm“ bot hier die Saft-Cocktailbar, an der man Leckeres ohne Alkohol verkosten konnte. Um Prävention ging es auch bei Prisma, der Jugend- und Drogenberatungsstelle des Kreises. Dort versuchte ein Mitarbeiter zum Thema Drogenkonsum zu sensibilisieren. „Viele haben ein gefährliches Halbwissen.“

Zur Gesundheit gehört ebenso die Hygiene. Die „Leuchtende Hand“ zeigte den Schülern, welche Fehler man beim Händewaschen machen kann und was im wahrsten Sinne des Wortes dann kleben bleibt. Wissenswertes zu Blut- und Organpende wurde ebenfalls geboten. Darüber informierten Mitarbeiter des DRK.



Auch zum Thema Hygiene und Händewaschen gab es beim Gesundheitstag an der Mittelpunktschule Gadernheim Informationen. *BILD: LOTZ*

Versteckter Zucker als Gefahr

Gesundheitsziehung ist wichtig für die Entwicklung der Kinder und ein Bestandteil des Bildungsauftrags, sagt die Erste Kreisbeigeordnete und Gesundheitsdezernentin Diana Stolz.

Von der Werbung werde vorgegaukelt, dass etwas gesund ist, obwohl es das nicht immer sei. Zeit sparen, den Beutel aufreißen, ins heiße Wasser einrühren, fertig. So wird es via Werbung verkauft. Doch ist das auf Dauer gesund? Kaum.

Selbst und frisch kochen ist deutlich besser und unschlagbar im Gegensatz zu Fertigprodukten, denen versteckter Zucker und Aromen beigemischt werden. Oft kauft man damit die reinsten Zucker-Fett-Bomben.

Viele schauen beim Einkauf aber nicht hinter die Kulissen. Das sagen auch erfahrene Ernährungsberater in ihren Vorträgen und Beratungen. Veranschaulicht man sich die in vielen Fertigwaren versteckten Mengen

als Zuckerhäufchen oder Würfelzucker, ist das erschreckend: Ob Säfte, Süßigkeiten, Ketchup und viele andere Produkte aus dem Regal – sie sind sicher bequem, doch ungesund.

Warum also nicht einmal zum Naturjoghurt greifen, und den mit leckeren, frischen Früchten verfeinern? Das ist schnell zubereitet, gesünder und kalorienärmer und schmeckt mit echten Früchten noch mal so gut.

Je nach Altersstufe sind immer wieder andere Schwerpunkte im Rahmen der Prävention von Bedeutung. Bei Älteren sind es Drogen und Alkohol, wie auch die Selbstüberschätzung beim Autofahren. Überall ist es wichtig, dass man die jungen Menschen „an die Hand nimmt“ und ihnen die Folgen aufzeigt, die ihr Verhalten nach sich ziehen kann. Bei einigen Präventionsaktionen unterstützt die Polizei mit Aufklärungsarbeit und Beratung.

Mit Aktionen wie dem Gesundheitstag an der Mittelpunktschule Gadernheim will der Kreis Bergstraße solche Präventionsarbeit leisten. Gerade im Kindergarten- und Schulalter werden Kinder und Jugendliche maßgeblich geprägt. Ist das Kind einmal ordentlich „in den Brunnen gefallen“, dann verursacht es als Erwachsener sicher deutlich mehr Kosten, als man in Präventionsmaßnahmen, Aufklärungsarbeit und die Gesundheitstage an den Schulen steckt.

Die Erste Kreisbeigeordnete des Landkreises Bergstraße, Diana Stolz, und Zahnärztin Reinhold Zolg vom Kreisgesundheitsamt sind am Ausbau solcher Aktionstage interessiert und immer noch auf der Suche nach weiteren Schulen und Kooperationspartnern, die sich für entsprechende Programme interessieren und diese an ihren Schulen und Kindergärten gerne anbieten möchten. *cf*