



TATEN
statt
WORTE

TAT NR. 228
Fit für die Zukunft

Seit 2005 unterstützt Coop Projekte, die zahlreiche Kinder und Jugendliche fit halten. Mit den Schulprojekten fit4future und Gorilla gelingt es den zuständigen Organisatoren der Clevel-Stiftung sowie der Schtifti Foundation, jährlich rund 225 000 junge Menschen für Ernährungs- und Bewegungsprojekte zu begeistern.

www.taten-statt-worte.ch/228

Sich mehr bewegen, ausgewogen essen

Jedes fünfte Kind in der Schweiz ist übergewichtig. Zu wenig Platz für Bewegung, zu viel Zeit am Handy und mit anderen Medien sowie unausgewogene Ernährung gelten als die Hauptursachen von gesundheitlichen Beschwerden und Übergewicht im Kindesalter. Um dieser Entwicklung entgegenzuwirken, unterstützt Coop seit 2005 unter anderem die Clevel-Stiftung, die sich mit ihrem Projekt fit4future für Kinder und deren Gesundheit engagiert (vgl. auch Bericht auf dieser Seite).

In enger Zusammenarbeit mit Lehrpersonen und Eltern motiviert das Schulprogramm von fit4future die Kinder spielerisch zu mehr Bewegung, sensibilisiert sie für eine ausgewogene Ernährung und fördert ihre mentale Gesundheit. Knapp 900 Primarschulen in der Schweiz mit 165 000 Kindern können bereits von diesem kostenlosen Bewegungs- und Gesundheitsförderungsprogramm profitieren. Weitere Elemente von fit4future sind Sportcamps und Kochkurse für Kinder im Primarschulalter. Das Programm wird eng durch Fachpersonen begleitet und leistet schweizweit einen nachhaltigen Beitrag zur Senkung der Gesundheitskosten. WIM

Aller Anfang ist schwer. Doch mit Hilfe von Skate-Coach Annina Brühwiler (Mitte) lernen auch die, die sonst lehren, den Umgang mit dem Brett auf den vier Rollen ziemlich schnell.

Für mehr Uga-Uga

Oder wenn das Gesundheitsförderungs- und Bildungsprogramm Gorilla aus «normalen» Lehrpersonen coole Skater mit Bildungsauftrag macht.

TEXT ANDREAS EUGSTER FOTOS CHRISTOPH KAMINSKI

Es ist ein ungewohntes Bild, das sich dem Betrachter an diesem sonnigen Mittwochmorgen auf dem Pausenhof der Tagesschule Kornhaus in Zürich bietet. Rund ein Dutzend Lehrkräfte stehen in einem Halbkreis – in der Hand ein Skateboard, auf dem Kopf ein stylischer Helm – und lauschen den Worten von Skate-Coach Annina Brühwiler. Die 29-Jährige ist Projektleiterin Workshops bei Gorilla, einem Programm mit dem

sich die Schtifti Foundation zusammen mit Coop seit 2010 für einen gesunden Lebensstil von Jugendlichen einsetzt. Dazu gehören: Freude an Bewegung, Ernährung und nachhaltigem Konsum.

Brühwiler, selbst passionierte Skate- und Longboarderin, ist heute mit dem Gorilla-Playground unterwegs und zeigt, wie dieses modulare System einen Pausenplatz innert weniger Minuten in einen mobilen Skate-Park verwandelt. Da-

nach machen die Lehrpersonen die ersten Geh- respektive Rollversuche auf ihren Boards. Nicht lange, und die ersten landen auf dem Hosenboden. Doch nach einer halben Stunde trauen sich die meisten die steile Rampe runter.

«Es ist wichtig, dass die Lehrpersonen selber Skateboard-Grundkenntnisse haben, um später die Kinder betreuen zu können – egal ob in den Pausen auf dem Gorilla-Playground oder im

Sportunterricht», findet Annina Brühwiler. Die Bündnerin ist momentan eine gefragte Frau. Weil wegen Corona sämtliche Klassenlager abgesagt sind, sind sie und die anderen Skate-Coaches öfters als sonst mit dem mobilen Freestylepark unterwegs. Und auch die klassischen Tagesschulen mit dem ganzen Gorilla-Team erfreuen sich grosser Nachfrage.

Kleinere Bewegungsräume

Doch nicht nur das Virus hilft diesen modularen Systemen, sich zu positionieren. So erklärt Lukas Niederberger, beim Sportamt der Stadt Zürich für Sport und Bewegung in Schulen zuständig: «Das Sportamt testet den Einsatz mobiler Anlagen an ausgewählten Stadtzürcher Schulen, weil die Bewegungsräume für Kinder und Jugendliche aufgrund der Verdichtung in den Siedlungen immer kleiner werden.» Man

sehe in den mobilen Anlagen Potenzial, Sport- und Bewegungsangebote für die Schule und die Quartierbevölkerung trotz schmelzender Fläche attraktiv zu halten. «Nach der Auswertung gegen Ende 2021 entscheiden wir über eine allfällige Weiterführung des Angebots», sagt Niederberger.

Der Workshop an der Tagesschule Kornhaus neigt sich dem Ende entgegen. Aus den coolen Skatern mit Bildungsauftrag werden wieder «normale» Lehrpersonen und Hortbetreuer. Doch die Gesichter sprechen Bände: Es hat Spass gemacht! Coach Annina Brühwiler weiss, warum: «Beim Skateboarden gehts vor allem um den Fun», sagt sie, «deshalb erhält die psychische Gesundheit mehr Gewicht als beispielsweise beim Leistungssport.» ●

Mehr Infos: www.gorilla-schulprogramm.ch