



Eine gesunde Lebensweise fördert besseres Leben und Lernen

Gemeinsam stark

Bereits vor zwölf Jahren wurde „gesundekids“ ins Leben gerufen. Jüngster Erfolg: Auma Obama ist mit ihrer Foundation neue Botschafterin der Initiative aus dem Distrikt 1820 // HERMANN UFER

Was in Wiesbaden vor zwölf Jahren als Idee des Past-Governors Gustav Georg Belz begann, ist heute auf dem Weg zu einer internationalen Initiative mit über 60.000 Kontakten zu Kita- und Schul-Kindern. Die Botschaft und das Ziel aller Aktivitäten: gesünder ernähren + mehr bewegen = besser lernen und leben. Dafür gibt es gute Gründe, denn immer mehr Kinder essen und trinken zu süß, zu fett oder einfach das Falsche. Sie verbringen zu viel Zeit vor ihren Rechnern oder Smartphones und bewegen sich immer weniger.

Mit fatalen Folgen für Körpergewicht, Fitness, Belastbarkeit oder Konzentration und mit ernststen Problemen für die körperliche und seelische Gesundheit. Damit nimmt nicht nur die Leistung in der Schule ab, sondern die Gefahr für Folgeschäden wie Diabetes II nimmt in einem

Maße zu, dass die WHO dieses Problem ganz oben auf ihre Liste der gesundheitlichen Bedrohungen der Menschheit gesetzt hat.

International aktiv

Zunächst nahm die Initiative dank eines Aktionsprogramms, das von der Ernährungswissenschaftlerin Dr. Reinhild Link (Distriktbeauftragte „gesundekids“) aufgelegt wurde, durch breite rotarische Zustimmung sowie steigende Nachfrage der Schulen und Kitas im Distrikt 1820 so an Fahrt auf, dass „gesundekids“ heute bei circa 80 Prozent aller Clubs zum festen

Programm gehört. Das gilt auch für die Rotaracter und Inner Wheelerinnen, die sich hier mit Begeisterung einbringen. Weitere Distrikte folgten dank gezielter Aktionen wie unter anderem „Pausenbrot-Gesichter“, „Trinkbrunnen“, „Apfel-Tag“, „Kids Rallye“, „Obst satt“ und durch die gesundekids Fach-Kongresse mit mittlerweile über 1000 Besuchern.

Kein Wunder, dass das erste internationale Projekt nicht lange auf sich warten ließ: in Bolpur, Indien. Hier hat „gesundekids“ an einem Global Grant zusammen mit mehreren Rotary Clubs aus dem Distrikt 1820 teilgenommen, das von Prof. Dr. H. K. Biesalski und seinem Team von der Uni Stuttgart/Hohenheim (Institut für biologische Chemie und Ernährungswissenschaften) wissenschaftlich begleitet wird und bei dem Dörfer und Familien animiert und angeleitet wurden, eigene Obst- und Gemüsegärten anzulegen. Ergebnis: 21 Dörfer mit 288 Familien haben 515 Gärten mit einheimischen Obst-, Gemüse- und Salat-Pflanzen angelegt, und viele, viele Kinder konnten so gesund und dauerhaft ernährt werden.

Immer mehr Kinder essen und trinken zu süß, zu fett oder einfach das Falsche. Sie verbringen zu viel Zeit vor ihren Rechnern oder Smartphones



Auma Obama unterstützt die Initiative „gesundekids“

Die Dr. Auma Obama Foundation Sauti Kuu (Sauti Kuu kommt aus dem Kiswahili und steht für „Starke Stimmen“) möchte Kindern und Jugendlichen dazu verhelfen, trotz all der schwierigen Herausforderungen das eigene Leben in die Hand zu nehmen und mitzubestimmen, was daraus wird.

Dabei reicht es nicht, dass man sich ein besseres Leben wünscht. Es geht darum, es auch annehmen zu können, ein Recht zu haben, ein besseres Leben führen zu dürfen, als man sich selbst zugesteht. Hier ist Eigeninitiative statt Lethargie, Hilfe zur Selbsthilfe und Prävention statt Schadensbekämpfung gefordert. Und genau da stimmen die Ziele beider Organisationen

überein, abgesehen von Aktionen bei Sauti Kuu, die dem indischen Projekt von „gesundekids“ sehr ähnlich sind.

Gemeinsame Initiative

Die Schwester des 44. Präsidenten der Vereinigten Staaten Barack Obama hat lange in Deutschland gelebt und auch hier studiert, ist eine energische und nachhaltig agierende Repräsentantin ihrer Foundation und Ideen, tritt international für die Rechte der Kinder beziehungsweise Jugendlichen ein und packt selber mit an.

„Für ‚gesundekids‘ ist sie ein Glücksfall. Mit ihrer Popularität und ihrem Renommee ist sie auf der ganzen Welt präsent, unsere Ziele und Aktionen sind sehr nahe

beieinander und die Chemie hat sofort gestimmt. Wir können bei Rotary und darüber hinaus noch vieles gemeinsam bewegen“, sagt Dr. Reinhild Link, Vorstandsvorsitzende des gesundekids e.V. und Mitglied im RC Wiesbaden-Nassau.

Wie es weitergeht

„gesundekids“ geht national weiter auf Expansionskurs. International werden aus Kapazitätsgründen erst einmal nur Projekt-Ansätze unterstützt, mit denen schon gute praktische Erfahrungen gesammelt wurden. Hier steht ein gemeinsames Projekt mit Dr. Auma Obama und ihrer Foundation in Kenia ganz weit vorne an.

Die Vorbereitungen laufen bereits und „gesundekids“ möchte damit eine Finanzierung verbinden, deren Mittel aus einer Kooperation der vier Wiesbadener Rotary Clubs und einem Global Grant entstammen. Und dann ist da auch noch die Rotary World Convention 2019 in Hamburg. „Es wäre doch für uns alle fantastisch, wenn wir dort mit ‚gesundekids‘ und Dr. Auma Obama weitere internationale Akzente setzen und noch viele Mitstreiter gewinnen könnten“, meint Reinhild Link. Wenn das keine großen Ziele sind...

GESUND LEBEN

Die Initiative „gesundekids“ setzt sich unter dem Motto „fit fürs Leben“ mit konkreten und praxisnahen Aktionen für die Gesundheit von Kindern ein, um ihnen alle Chancen auf einen erfolgreichen Lebensweg zu ermöglichen.

📍 gesundekids.de



ANZEIGE