

Die Jugend ist gut drauf


Kopfüber im Aeroetrimm

Unter dem Motto „Freude am Essen und viel Bewegung“ beschäftigten sich am Freitag, den 27. März in Weingarten rund 300 Jugendliche spielerisch mit dem Thema Gesundheit. Anlass war der Startschuss eines neuen landesweiten Projektes der Initiative „Blickpunkt Ernährung“ in Kooperation mit dem Jugendprogramm „Gut Drauf“ der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). Staatssekretärin Friedlinde Gurr-Hirsch stellte die neue Zusammenarbeit vor: „Ab April werden wir gemeinsam mit „Gut Drauf“ Honorarkräfte ausbilden. Sie werden Jugendliche in ganz Baden-Württemberg in Sportvereinen und offenen Jugendeinrichtungen die Themen Ernährung, Bewegung und Entspannung mit Spaß erleben lassen.“ Ähnliche Angebote gibt es ab jetzt in ganz Baden-Württemberg.

Beim Aktionstag an der Talschule in Weingarten war auch am Freitagnachmittag was los.


Großer Andrang an der Softbar

Jugendliche aus dem Landkreis Ravensburg, die teilweise sogar mit Bussen anreisten, erwartete hier ein vielfältiges Angebot an Mitmachaktionen und Informationsangeboten. Im Zentrum standen dabei die Themen Ernährung, Bewegung und Entspannung.

„Dieser Dreiklang

muss erfüllt sein, damit man sich rundum wohlfühlen kann,“ erklärte Christina Plantz (BZgA) bei der Eröffnungsveranstaltung mit geladenen Gästen. Die Schüler der Talschule hatten dafür ein aufwändiges Programm mit ihrer Trommelgruppe und einer Stockanzvorführung gestaltet. Besonders gut kam beim Publikum der eigens für den Tag komponierte „Gut Drauf-Song“ an.

Auf dem ganzen Schulgelände konnten die Jugendlichen eigene Erfahrungen sammeln. Dabei stand immer der Spaß im Mittelpunkt. An der Kletterwand das Klettern ausprobieren oder sich im Aeroetrimm durch Gewichtsverlagerung fast völlig losgelöst um die eigene Achse drehen, waren nur einige der Highlights, mit denen Jugendlichen Lust auf Bewegung gemacht wurde. „Toll, dass auch das Wetter mitgespielt hat und pünktlich zum Start die Sonne raus kam,“ freute sich Bettina Maier-Schmidt vom Ernährungszentrum Oberschwaben, die die Veranstaltung organisiert hat.

Natürlich kam auch das Thema Ernährung nicht zu kurz. Bei einem Kochworkshop stellten die Jugendlichen leckere Snacks her und wer Lust auf einen Cocktail hatte, konnte sich an

der Null-Promillo-Bar einen Cocktail mixen lassen. Frisch gestärkt ging es zu den nächsten Attraktionen: Teezeremonie, Jonglieren und eine Brille, die einen Alkoholrausch simulierte, waren nur einige der vielfältigen Angebote. Am Ende konnten sich die zwei Sieger des Gewinnspiels freuen, gemeinsam mit ihren Freunden einen eigenen Aktionstag am Bodensee verbringen zu dürfen.

Neue Zielgruppe Jugendliche

Mit Blickpunkt Getränke beschreibt das Ministerium für Ernährung und Ländlichen Raum in Kooperation mit dem Projekt „Gut Drauf“ der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) neue Wege, um Jugendliche anzusprechen. In den nächsten Monaten werden Multiplikatoren ausgebildet, die in Jugendhäusern, Vereinen oder anderen Freizeiteinrichtungen erlebnisorientierte Veranstaltungen anbieten. Ziel ist, das eigene Trinkverhalten zu reflektieren und die Getränkeangebote in den verschiedenen Einrichtungen zu verbessern. Neben der Ernährung stehen Bewegung und Entspannung im Mittelpunkt. In der Modellphase dieser Kooperation werden zunächst die beiden Ernährungszentren in Ludwigsburg und Bad Waldsee intensiv an der Umsetzung des neuen Angebots arbeiten.

Für die Umsetzung des neuen Projektes steht „Komm in Form“. Dieses 10-Jahresprogramm will zur Verbesserung der Ernährung und der Gesundheit von Kindern und Jugendlichen beitragen. Unter diesem neuen Dach werden erfolgreiche Maßnahmen in Baden-Württemberg ihre Stärken verbinden und im ganzen Land verfügbar sein. Die Blickpunkt Ernährung-Aktionen für Jugendliche gemeinsam mit Gut Drauf sind dafür ein gutes Beispiel.

Jugendeinrichtungen, Sportvereine usw. können sich bei den Landwirtschaftsämtern der Landkreise melden, wenn sie Interesse an einer Veranstaltung haben.

Andrej Hänel, MLR