Gut Drauf!

Wir gratulieren!

Die Wilhelm-Kaisen-Schule und die Zirkusschule "Jokes" in Bremen-Huckelriede sorgen für bewegte Schlagzeilen – im Sinne des Wortes. Für die Umsetzung der Jugendaktion "Gut drauf" haben sie das gleichnamige Zertifikat bekommen und sind nun nicht nur gut drauf, sondern auch richtig stolz.

Gut drauf in der Schule

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)vergibt das Zertifikat an Einrichtungen, die mit Kindern und Jugendlichen auf den Gebieten „gesunde Ernährung“, „Stressregulation“ und „Bewegung“ vorbildlich und präventiv arbeiten.
Wilhelm-Kaisen-Oberschule und Zirkusschule „Jokes“ sind die ersten Einrichtungen in Bremen, die mit "Gut drauf" ausgezeichnet wurden.

Gesund und lecker

Worum geht es: Die BzgA will die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen im Alter von 12 bis 18 Jahren verbessern. Nicht nur Pizza, Pasta, Pommes und Burger, Gameboy und Glotze,

sondern gesunde Ernährung und Bewegung, um Stress, frühen Pfunden und Esstörungen vorzubeugen.

Einmal ohne Fleisch

Bei "gesunder Ernährung" kriegen viele Kinder lange Zähne. Nicht in der Wilhelm-Kaisen-Oberschule, wo eine engagierte Köchin, unterstützt von einer engagierten Schulleitung, neben anderen Aktionen auch den "Veggiday" eingeführt hat, einen Tag ohne Fleisch für Klimaschutz, Gesundheit, Tierschutz und Nachhaltigkeit.

Rituale erhalten

Angesichts vieler Familien, in denen Kinder nicht einmal mehr frühstücken, geschweige denn das schöne Ritual pflegen, gemeinsam einzukaufen, zu kochen und zu essen, kommt der Schulverpflegung in der Ganztagsschule eine wachsende Bedeutung zu. Nur so können Kinder lernen, dass gesundes Essen und "lecker" keine Gegensätze sind. Und dass gut drauf ist, wer nicht nur Schokoriegel futtert, sondern auch Obst und Gemüse. Da können sich sogar Eltern noch was abgucken.