

Wohlfühlen mit Prävention

Gesundheitstage an der IGS Lengede mit Kochen, Zahnarztbesuch und Qigong

Lengede. Der jüngste Jahrgang der IGS Lengede blickt zufrieden auf zwei interessante Wochen zurück: die Gesundheitstage. Diese sind das erste Modul des schuleigenen Präventionskonzepts, bei dem in jedem Jahrgang andere Bereiche des Lebens thematisiert und die Schüler fit fürs Leben gemacht werden.

Das Thema Gesundheit wurde dabei mit allen Sinnen erfahrbar: So erlebten die Schüler im Workshop „Qigong“ eine Entschleunigung des Alltags. Weitere Experten informierten die Schüler unter anderem über Zahngesundheit und über Sicherheit im Verkehr.

Besonderen Anklang bei den Schülern fand die Ernährungsberatung durch Ökotrophologin Tanja Bolm. Diese brachte den Kindern das Thema gesunde Ernährung in Theorie und Praxis nahe. Jungs wie Mädchen sind sich einig: Ab sofort wird öfter selbst gekocht. Schüler Max aus der 5e freut sich beim gemeinsamen Verzehr: „Gesund



**Die Klasse 5e
schlemmt gesund am
Vitaminbuffet.**

schmeckt lecker!“. Der Unterricht befasste sich fächerübergreifend mit dem Thema Gesundheit. Im Fach Naturwissenschaften war ein Schwerpunkt das Ohr und Gehör, welcher

auch experimentell erforscht wurde. Im Englischunterricht stand ein Zahnarztbesuch, Erste Hilfe und ein Seh- und Hörtest auf dem Programm – alles natürlich auf Englisch. Zahlrei-

che weitere Module wie die Geschichte der Medizin, Leben mit körperlichen oder geistigen Einschränkungen oder auch Essstörungen rundeten die Gesundheitstage ab.