



6340 Baar, Mai 2010

## Projekt Gesundheitstage im Sonnenberg

Ganz im Zeichen der Gesundheit standen die vom 10. – 12. Mai 2010 durchgeführten Themenateliers. Die Schülerinnen und Schüler konnten aus einer Fülle von spannenden Angeboten auswählen. Während dreier Tage bewegte sich im Sonnenberg buchstäblich alles rund um die Bereiche Gesundheit, Bewegung, Erholung und Ernährung.

Die resolute Zahnärztin sagt ihrem Patienten gehörig die Meinung: «Mund auf! Also, so geht das nicht! Das sieht ja furchtbar aus in dieser Mundhöhle!». Nicht weniger sanft schiebt sie ihm eine elektrische Zahnbürste in den Mund und beginnt, dem bedauernden Patienten mit Nachdruck die Zähne zu putzen. Was sich so martialisch anhört, ist Gott sei Dank keine reale Szene aus einer Zahnarztpraxis, sondern eine Parodie und Teil eines von Schülerinnen und Schülern konzipierten Kurzfilms des Ateliers «Werbespot drehen».

Kinder und Jugendliche des Sonnenberg konnten in 16 frei wählbaren Ateliers lustvoll erfahren und erleben, was Gesundheit bedeutet. In nach Alter und Klassen gut durchmischten Schülergruppen wurden zum Beispiel Getränke wie Coca Cola oder Eistee auf ihre Inhaltsstoffe hin analysiert oder angeregte Diskussionen rund um das Thema Drogen und Prävention geführt. Angeleitet wurden die Schülerinnen und Schüler von Lehrpersonen des Sonnenberg oder von externen Fachpersonen.



«Atelier: Getränke unter die Lupe nehmen»



«Atelier: Füsse – Hand und Ball»



Und siehe da: Auch sonst hyperaktive Schülerinnen und Schüler widmeten sich mit Hingabe und Ausdauer der gegenseitigen Pflege mit Naturprodukten oder liessen sich über die erste Hilfe bei leichten Verletzungen instruieren. Einige landeten allerdings nicht ganz freiwillig in einem der Ateliers. Vielleicht war dies eben ihre dritte Wahl. Der anfängliche Widerstand machte jedoch meist schnell angenehmeren Gefühlen Platz. So wie bei Silvan. Strafte er seinen kneippschen Kräutertee zu Beginn noch mit wahrer Verachtung, so konnte er vom ansteigenden Kräuterfussbad nach Sebastian Kneipp und der anschliessenden Fussmassage nicht genug bekommen.



«Atelier: Wasserdoktor Kneipp»



«Atelier: Erste Hilfe»

Der soziale Aspekt dieser Projektstage war ebenfalls ganz wichtig: Die klassen- und altersdurchmischte Gruppierung liess ein ausgiebiges gegenseitiges Kennenlernen zu und weckte Verständnis und Achtung füreinander.

An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön den beiden Lehrerinnen und Initiantinnen der Projektstage, Claudia Friedli und Martha Vollenweider, allen Mitgliedern der Projektgruppe «Gesundheitstage» sowie den Atelier-Leiterinnen und -leitern!

Für den SONNENBERG:

Helen Fuchs

#### *Die Atelier-Angebote vom 10. - 12. Mai 2010*

- *Werbespot drehen: Ein Werbespot entsteht*
- *Auf zum Gubel: Wanderung auf den Gubel*
- *Raser: Im Temporausach / Kampf den Rasern / Unfallfolgen*
- *Drogen: Arten und Wirkung / Sucht*
- *Getränke unter die Lupe nehmen: Getränke analysieren und selber herstellen*
- *Füsse - Hand und Ball: Spiel und Übungen*
- *Energieriegel selber backen*
- *Velo putzen und flicken*
- *Frisbee und Pol selber nähen und ausprobieren*
- *Erste Hilfe*
- *Blindenfussball: Tipps und Tricks*
- *Power und verwöhnen: Selbstverteidigung und anschl. verwöhnen*
- *Bewegungsspiele: Gemeinschaftsspiele*
- *Wasserdoktor Kneipp*
- *Geocaching*
- *Homosexualität*