

**Mettmann**

## **Berufskolleg: Lern dich schlau**

VON JÜRGEN FISCHER - zuletzt aktualisiert: 28.04.2009

**Mettmann (RP) Beim Gesundheitstag erleben die Schüler des Berufskollegs Neandertal ihre Schule ganz anders. Die Mettmanner beteiligen sich drei Jahre am Projekt Gesunde Schule der Angestellten-Krankenkasse.**



Gesunde Schüler, die sich vernünftig ernähren und bewegen, an einer gesunden Schule, die nicht durch Stress und soziale Reibungen krank macht. Das ist Ziel des Berufskollegs Neandertal in Mettmann, das sich seit gestern an einer Initiative der Deutschen Angestellten-Krankenkasse DAK beteiligt. Den Auftakt machte "Lern dich fit – Aktionstag 2009".

Bei fast 100 Angeboten vom Hörtest bis hin zu Ausdauertraining auf dem Standfahrrad und Abseilen aus dem zweiten Stockwerk des Schulgebäudes befassten sich die Jugendlichen und jungen Erwachsenen mit Gesundheitsthemen. Sie erlebten gestern Schule einmal ganz anders, freuen sich Schulleiterin Brigitte Schneider und Renate Behr vom Organisationsteam.

### **Rauschbrille ist der Renner**

Die Schüler erfuhren Wissenswertes über Ernährung, Bewegung, Entspannung, Musik und Kreativität. Der Verein Neue Wege e.V. informierte über Internetsucht und Computerspiele. Renner bei den Jugendlichen war die Rauschbrille, mit der die Schichtweise mit 0,8 Promille Alkohol im Blut simuliert wird. Auf einem Strich gehen und mit dem Bobbycar um Pylone kurven erweist sich mit der Brille als schwierig. So sollte anschaulich die Erkenntnis vermittelt werden: "Besser schlau als blau."

Das Projekt mit der DAK dauert drei Jahre und wird von der Universität Lüneburg wissenschaftlich begleitet. An den gestrigen Gesundheitstag schließt sich im Mai eine Befragung aller Schülerinnen und Schüler an. Sie sollen berichten, ob sie sich an der Schule wohlfühlen, ob sie Belastungen

empfinden, ob sie mit dem sozialen Klima an der Schule klarkommen, sich mit Lehrern und Mitschülern verstehen.

Nach der Auswertung der Befragung durch die Uni wollen Lehrer und Schüler ab September überlegen, was sie gegebenenfalls ändern können. Die wissenschaftliche Untersuchung soll sich im Schulalltag niederschlagen, sagt Behr.

Um die Teilnahme an dem Projekt hat sich das Kolleg bei der DAK beworben. Über zwei Drittel der Lehrerkonferenz haben wie von der Krankenkasse gefordert zugestimmt. Die DAK ermöglicht von 2008 bis 2010 jährlich zehn Schulen bundesweit jeweils drei Jahre die Teilnahme. Die Lehrer werden im Verlauf des Projekts zu Moderatoren geschult. Nicht nur die Schüler sollen einen Gewinn durch den Gesundheitstag und das ganze Projekt haben, sondern auch die Lehrer.

Zu den gestrigen Angeboten zählten auch Informationen Bewegungsmeditation Tai Chi, Sushi – japanisch kochen, Information über Sexualität und AIDS. Die Kreispolizei berichtete über die Neuen Medien und ihre Gefahren.