

# Prima

# WOCHENENDE

Ihre Wochenzeitung für  
Neumünster, Nortorf,  
Bordesholm und Umgebung

Nr. 6 • Samstag, 8. Februar 2020 • Kleinanzeigen-Telefon: 04321 4 90 80 • Verteilung: 04321 49 08 -11



Foto: Gottschalk

## Special Olympics: Gemeinsam gesund in Schleswig-Holstein!

Hohenwestedt (pgo) – 20 Oberstufenschüler des Gymnasiums „Hohe Geest“ und die Beschäftigten der Hohenwestedter Werkstatt veranstalteten gemeinsam einen Gesundheitstag. Einhelliger Tenor nach der erfolgreichen Auftaktveranstaltung: „Wir haben alle voneinander gelernt und dabei viel Spaß gehabt“.

Weiter auf Seite 8

# Hohenwestedt



## Special Olympics: Ernährungsberatung kann richtig Spaß machen!

**Hohenwestedt** (pgo) – Premiere in Hohenwestedt: Gemeinsam mit dem „Landesverband Special Olympics Deutschland in Schleswig-Holstein e.V.“ führten 20 Gymnasiasten aus drei elften Klassen der Schule Hohe Geest einen Gesundheitstag durch. Dieser wurde im Rahmen des Projekts „Gemeinsam gesund in Schleswig-Holstein“ veranstaltet und vom Landesministerium für Soziales, Gesundheit, Jugend, Familie und Senioren gefördert.

„Um Netzwerkarbeit vor Ort zu betreiben, organisiere ich gern gemeinsame Veranstaltungen in verschiedenen Einrichtungen zusammen mit Schülern“, erklärt Antonia Mikolajski-Maroldt. Mit der Hohenwestedter Werkstatt hatte die Sportwissenschaftlerin, die für den Landesverband tätig ist, einen perfekten Partner für das Projekt gefunden.

*„Mir hat das Projekt gefallen, weil damit wirklich jedem von uns geholfen wird.“*

*Holger Klay, stellvertretender Werkstattatrat*

Ziel war es, den beschäftigten Mitarbeitern in der Werkstatt kostenfreie, präventive Angebote durch Beratung und Aufklärung zu machen. Dabei saßen die Schüler in unterschiedlichen Räumen an verschiedenen Stationen. Behandelt wurden Themen wie zum Beispiel Bodymass Index, Blutdruck messen, die Ernährungspyramide, Sonnenschutz und Rauchprävention. Praxisnah, anschaulich



*Finn Hansen, Malena Evers, Elena Steinmetz und Nike Wasmund lernten den Blutdruck zu messen und haben ihre Station mit viel Freude geleitet.*

und interaktiv vermittelten die Schüler viel Wissen rund um die Gesundheit. Dabei wurden die Inhalte in leichter Sprache weitergegeben. Die Werkstatt-Mitarbeiter sollten auf diese Weise in ihrem

konnten Barrieren zwischen den Schülern und den Werkstattmitarbeitern abgebaut und regionale Netzwerke geschaffen werden. Die ganze Aktion wurde von zwei Ärztinnen aus Kiel begleitet, die



*Stella Störmann und Janne Wachsmuth zeigten Holger Klay vom Werkstattatrat, wie der Body-Mass-Index gemessen wird.* *Fotos: Gottschalk*

selbstständigen Gesundheitsverhalten unterstützt werden. Dabei, und weil sie sich gut vorbereitet hatten, lernten auch die Schüler jede Menge zum Thema Gesundheit. Als positiver Nebeneffekt

als Schlüsselhelferinnen für medizinische Tätigkeiten fungierten. „An dieser Stelle möchte ich gern die Offenheit und das Engagement der Schüler und auch der Beschäftigten lo-

ben. Es herrschte eine große Aufgeschlossenheit. Alle Beteiligten waren mit Spaß und Freude dabei und haben auch voneinander gelernt,“ äußerte sich Antonia Mikolajski-Maroldt begeistert.

*„Es ist eine sehr schöne Idee, Menschen dabei zu helfen, sich gesund zu ernähren. In unserer Blutdruckgruppe haben wir nur positives Feedback gehobt.“*

*Nike Wasmund, Schülerin*

Special Olympics Deutschland (SOD) ist die deutsche Organisation der weltweit größten, vom Internationalen Olympischen Komitee (IOC) offiziell anerkannten Sportbewegung für Menschen mit geistiger und mehrfacher Behinderung. Im Jahr 1968 durch Eunice Kennedy-Shriver, einer Schwester von US-Präsident John F. Kennedy ins Leben gerufen, ist Special Olympics heute mit nahezu 4 Millionen Athleten in 170 Ländern vertreten.

Special Olympics Deutschland in Schleswig-Holstein e. V. hat sich am 15. März 2005 gegründet und wird ausschließlich ehrenamtlich geführt. Zurzeit sind 45 Einzelpersonen, Werkstätten und Einrichtungen, Vereine und Schulen Mitglied im Landesverband.

Ziel ist es, die Bewegung von Special Olympics auch in Schleswig-Holstein weiter voranzutreiben und Möglichkeiten für Menschen mit geistiger Behinderung zu schaffen, den Bereich Bewegung, Spiel und Sport positiv zu erleben.