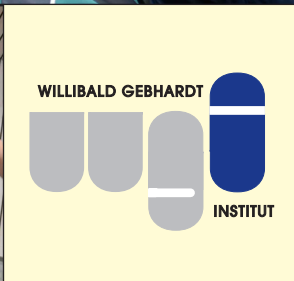




Press

www.gkgk-online.com



Unterstützt durch / Mede mogelijk gemaakt door:

Das Projekt „Gesunde Kinder in gesunden Kommunen“ wird im Rahmen des INTERREG IV A Programms Deutschland-Niederland mit Mitteln des Europäischen Fonds für Regionale Entwicklung (EFRE) und vom Land Nordrhein-Westfalen, von der Provincie Gelderland und der Provincie Noord-Brabant ko-finanziert. Es wird begleitet durch das Programm-Management bei der Euregio Rhein-Waal.

Het project „Gezonde kinderen in gezonde gemeenten“ wordt in het kader van het INTERREG IV A programma Deutschland-Niederland gefinancierd met middelen van het Europees Fonds voor Regionale Ontwikkeling (EFRO), van het land Nordrhein-Westfalen, van de provincie Gelderland en van de provincie Noord-Brabant. Het project wordt begeleid door het programmamanagement van de Euregio Rijn-Waal.

www.deutschland-nederland.eu

Schergewichtige Probleme für die Gesellschaft

Kooperationstagung im niederländischen Zeddam zum gkgk-Start

Zeddam, 10. April 2009

Bei einer ersten Kooperationstagung zum mehrjährigen deutsch-niederländischen Großprojekt „Gesunde Kinder in gesunden Kommunen“ (gkgk) im holländischen Grenzort Zeddam, unweit von Emmerich/Kleve, wurde eines klar: Die Macher erwartet eine Menge Arbeit. Sich zum eigenen körperlichen Wohl bewegen und gesund leben – das sind für junge Leute dies- und jenseits der Grenze offenbar zwei Dinge, die schwer miteinander vereinbar scheinen.

Drs. Tjenta M. van Pelt von der Geldersen Sport Federatie (GSF) schätzt, dass in den Niederlanden etwa 400 000 Kinder unter Bewegungsarmut leiden. Gemäß verschiedener Studien sollen es in Deutschland rund zwei Millionen Kinder sein von insgesamt zwölf Millionen; 800 000 werden in der Fachsprache als „adipös“ eingeschätzt, als an Fettleibigkeit leidend.

„15 bis 20 Prozent der Grundschüler sind zu dick und zwei von drei Kindern haben motorische Entwicklungsprobleme“, berichtete Professor Dr. Roland Naul vom Willibald-Gebhardt-Institut (WGI) Essen, das das vierjährige gkgk-Projekt leitend begleitet. 20 Partner arbeiten zusammen, zwei Millionen Euro Fördergelder kommen aus verschiedenen Töpfen, zwölf Kommunen aus NRW und den Niederlanden beteiligen sich in der jetzigen Startphase. Die organisatorische Vorbereitung von Zeddam oblag den drei Partnern Gelderse Sport Federatie (Hans Lubbers), Europäische Akademie des Sports (Reinhardt te Uhle) und den Sportservice Noord-Brabant (Stevan Aldershof).

Vertreter von Schulen, Städten und Gemeinden aus dem Euregiogebiet entlang der deutsch-niederländischen Grenze gingen in Zeddam beim zweitägigen Seminar offensiv-erfrischend und wissbegierig an Referate, Workshops und Informationsaustausche heran. „Zeddam hat uns ein großes Stück weitergebracht“, fasste Roland Naul in einer Pressemitteilung zusammen. Demzufolge war besonders wichtig, dass die zwölf bisherigen Partnerkommunen nicht nur ihre Fragen und Entwicklungen vor Ort vorstellen, sondern auch den Blick zum Nachbarn aufnehmen konnten und neue Optionen im Bereich Ernährungsverhalten, Bewegungsangeboten oder Messstrategien kennen lernen konnten, ganz im Sinne der grenzüberschreitenden Zusammenarbeit.

„Wir brauchen einen langen Atem, um erfolgreich zu sein“

Klaus Zunker vom Verband der Betriebskrankenkassen Nordrhein-Westfalen mit 14 Millionen Versicherten unterstrich in seinem Beitrag, „Warum machen wir mit?“, dass Gesundheitsvorsorge eine ganz wichtige Sache sei. Und: „Wir brauchen einen langen Atem, um erfolgreich zu sein.“ Es sei „eine Vision, dass wir in 20 Jahren über dieses Problem nicht mehr sprechen werden.“ Von 160 Milliarden Euro Kosten für das Gesundheitssystem in Deutschland entfielen 40 Milliarden Euro auf Folgekosten ungesundes Leben. Früherkennung/Prävention sei in diesem Zusammenhang ein Problem von Männern: 23 Prozent gingen nicht zur Vorsorge gegenüber 6,2 Prozent der Frauen.

Mit buchstäblich schergewichtigen Programmen werde bereits versucht, Entlastung zu schaffen. So werbe und arbeite der Landessportbund Nordrhein-Westfalen seit Jahren mit „Schwer mobil“ für mehr Leichtigkeit. Im Schulsport seien bis vor einigen Jahren vor allem zuerst Sportstunden ausgefallen; „da tut sich was“, verwies Klaus Zunker auf das Landesprogramm „Bildung und Gesundheit“. Aber nicht alle der 3,3 Millionen Schülern im Land könnten erfasst werden. Übergewicht sei oft ein Problem von Migranten, berichtete Zunker. Kinder aus Italien seien am wenigsten, Kinder aus den ehemaligen Balkanstaaten stark betroffen, hätten Studien gezeigt.

Kickoff met een sportdag op 4 november 2009

Gemeente zet met project in op gezonde en sportieve kinderen

Winterswijk, 30 oktober 2009

Wonen de gezondste en sportiefste kinderen van Gelderland straks in Winterswijk? Als het aan de gemeente Winterswijk ligt wel. Een steeds grotere bedreiging voor de gezondheid is de toename van (ernstig) overgewicht. Kinderen laten bewegen, gezond te laten eten en voldoende te laten slapen is de insteek van een project waarvan de gemeente initiatiefnemer is.

De gemeente neemt deel aan het grensoverschrijdende project Gesunde Kinder in gesunden Kommunen, Gezonde Kinderen in een Gezonde Kindomgeving (GKGK). Samen met 5 andere dorpen/steden in Nederland en 6 dorpen/steden in Duitsland wordt de komende jaren de strijd aangegaan tegen overgewicht. Extra aandacht gaat ook uit naar kinderen met motorische achterstanden. Doel is het bevorderen van een gezonde leefstijl onder de gehele jeugd in Winterswijk.

Woensdag 4 november om 8.30 uur is de kickoff van GKGK met een gezamenlijke sportdag in sporthal de Pelkwijk in Winterswijk. Wethouder Van Nijkerken trapt het project officieel af. Ruim 330 kinderen uit Winterswijk en Velen/Ramsdorf gaan zich sportief uitleven. Vanuit de sport is de bijdrage enorm. De Winterswijkse Volleybalclub, Honken softbalclub Hickory, judoleraar Robert Piek, sportcentrum de Tuunte en Voetbalvereniging Winterswijk leveren allen hun bijdrage. Naast het sportieve gedeelte behoort ook het maken van een gezonde hap tot het programma. Zowel op basisschool De Kolibrie als in de locatie van de brandweerkazerne kunnen de leerlingen hiervoor terecht.

Ook TNO en Universiteit Twente doen mee

Na deze gezamenlijke aftrap wordt dit najaar bij ongeveer 100 kinderen een nulmeting gedaan. Om te beginnen wordt dit schooljaar op twee scholen gestart met verschillende activiteiten. Letterlijk 'activiteiten' want het draait om lekker bewegen! Scholen worden geïnformeerd over wat er qua bewegen en gezondheid op of rondom de school georganiseerd kan worden.

Samenwerking tussen belanghebbende partijen en organisaties met goed op elkaar afgestemde acties is de komende jaren noodzakelijk om echt een verschil te gaan maken en de trend te keren. Dit najaar gaat daarnaast een lokale werkgroep van start met daarin overheid, onderwijs, bedrijfsleven, gezondheidszorg en de sportsector om samen kennis en ervaring uit te wisselen en te zorgen voor integrale afstemming op lokaal niveau. Ook TNO en Universiteit Twente doen mee. Met wat extra steun en hulp van deskundigen is de kans op succes groot.



Johan Wilterdink, De Kolibrie, Winterswijk

„Manche Kinder kennen keine Radieschen mehr“

Enschede: gkgk soll zur Integration von Migranten beitragen

Enschede, 5. November 2010

Ein Gesundheitsprogramm zur besseren Integration von Migranten? Genau das ist ein Modell, das im niederländischen Enschede an einer katholischen Schule erfolgreich angelaufen ist. Ihre ersten Erfahrungen schilderte Mariël Wesselink, Direktorin der Schule „De Windroos“ im Süden Enschedes als Teilnehmerin einer Konferenz zum Projekt „Gesunde Kinder in gesunden Kommunen“ (gkgk). Die Gemeinde Enschede hatte ins neue Kulturzentrum Prismare Gäste und gkgk-Moderatoren eingeladen.

Mehr als 200 Schüler aus 25 Nationen gehen in die „Windroos“. 60 Prozent haben Migrationshintergrund. Gerade Eltern aus muslimischen und südeuropäischen Staaten sei es schwer zu vermitteln, dass sich ihre Jungen und Mädchen mehr bewegen und vor allem gesund ernähren sollten, machte Mariël Wesselink geltend – eine Erfahrung, die die versammelten gkgk-Kommunalmoderatoren aus anderen Städten teilten.

Hier setzt das von EU, Land und anderen Trägern unterstützte Programm mit einer breit angelegten Aufklärung und konkreten Maßnahmen ein: In Enschede wird derzeit sogar über eine vierte und fünfte wöchentliche Sportstunde nachgedacht, sagte Henny Breukers von der Gemeinde Enschede im neuen Kulturzentrum Prismare unweit der Feuerwerksexplosion von 2000. Eine der vielen Maßnahmen seien Gemüsegärten in „Kinderbauernhöfen“. Projektbegleiter Jurgen Schiphorst: „Das ist eine gute Sache. Es gibt Kinder, die kennen keine Radieschen mehr.“ Geplant sind weitere Maßnahmen wie Begleitung auf dem Schulweg (Walking Bus), ein Physiotherapie-Team für gefährdete Kinder, Sport für alle oder Kochen mit Eltern und Kindern für eine gesündere Ernährung.

Sportliche Stadt: 61 Prozent aller Enscheder Einwohner sind aktiv

Dabei ist Enschede seit Jahren Vorbild in Sachen Sport und Bewegung. 2007 wurde die Stadt zur sportfreundlichsten der Niederlande gekürt; der Organisationsgrad stieg innerhalb sieben Jahren auf beachtliche 61 Prozent, der Kreis Borken liegt beispielsweise bei schon guten 40 Prozent; das Land NRW hinkt mit etwa 30 Prozent deutlich hinterher. Die Sportbegeisterung in Enschede ist enorm: So stieg der Anteil Sechs- bis 17-Jähriger in Vereinen innerhalb drei Jahren von 25 auf sagenhafte 43 Prozent. Fast die Hälfte aller sechs- bis elfjährigen Kinder sind in Enscheder Vereinen aktiv; 2002 waren es „nur“ 29 Prozent.

Ziel ist es, Schüler und Eltern zu bewussterem, gesundheitlicherem Verhalten zu animieren. Dazu gehört auch ein gesundes Frühstück in der Schule und viel Bewegung, aber auch Lernen fürs Leben, erklärte Mariël Wesselink, von „De Windroos“. Sie ist – wie viele in Enschede – begeisterte Anhängerin des aktuellen holländischen Meisters FC Twente. Und sportliche Grundsätze kämen auch bei Kindern aus Migrationsfamilien gut an. „Ich sage ihnen am Beispiel FC Twente: Da steckt Power drin, Ehrgeiz, das ist Respekt, und man muss nach einer Niederlage nicht weinen.“



gkgk-Kommunalmoderatoren in Enschede

Retouradres: Postbus 6005, 2600 JA Delft

PERSBERICHT

Samenwerking partijen in Euregio

Kinderen fitter en op gezonder gewicht door meervoudige aanpak

Het Duits-Nederlandse onderzoek 'Gezonde Kinderen in een Gezonde Kindomgeving' (GKGK) laat na drie jaar goede resultaten zien. Bijna alle deelnemende Nederlandse kinderen laten een verbetering zien in de motorische ontwikkeling en 35% van de kinderen vertoont een afname van het overgewicht. Die cijfers zijn beter dan van het landelijk gemiddelde. De meervoudige aanpak waarin aandacht is voor bewegen, voeding, gedrag via de opvoeding, slaap en mediagebruik, is de kracht van dit programma.

Meerdere componenten

GKGK is een longitudinaal onderzoek in zes Nederlandse en zes Duitse steden op in totaal 37 basisscholen. De deelnemende kinderen krijgen dagelijks een uur bewegen en wekelijks les over gezondheid. Het onderzoek is bedoeld om bewegingsarmoede tegen te gaan, de motorische ontwikkeling te bevorderen en overgewicht te remmen. Omdat de focus op één component is niet effectief is, worden meerdere componenten tegelijkertijd beïnvloed. Ook is samenwerking tussen gemeente, scholen, sportverenigingen, JGZ/GGD, MKB, ouders en kinderen van cruciaal belang.

Resultaten

Na drie jaar zijn de eerste resultaten bekend. Hieruit blijkt dat 35% van de kinderen een afname van overgewicht vertoont. Op alle motorische onderdelen hebben de kinderen in de onderzoeksgroep beter gepresteerd dan de normaalwaarden en zijn hun vaardigheden toegenomen. Hiernaast is gebleken dat een reductie van de BMI bij de zwaarste kinderen hun zelfbeeld positief kan beïnvloeden en dat de sociale integratie en acceptatie onderling zijn verbeterd. Tenslotte blijken veel TV kijken in het weekend, weinig buitenspelen en niet-gezaghebbend opvoeden invloedrijke factoren.

Aanpak

Het initiatief voor dit onderzoek komt van INTERREG dat zich in de Euregio richt op grensoverschrijdende projecten tussen Duitsland en Nederland. Het Duitse Willibaldt Gebhardt Institut en TNO onderzoeken gezamenlijk de aanpak van GKGK waarvan de basis bestaat uit:

- dagelijks 60-90 minuten bewegen;
- een wekelijkse les over gezondheid, voeding en slaap;
- jaarlijks een motorische fitheidstest;
- terugkoppeling van de resultaten naar ouders, leerkrachten, directies en gemeenten.

Achterhoek

Na Arnhem, Cuijk, Enschede, Oude IJsselstreek, Rijnwaarden, Winterswijk is nu het voornemen dat de gehele Achterhoek aan de slag gaat met deze aanpak. Prof. Dr. Roland Naul van het Willibaldt Gebhardt Institut, Dr. Monique L'Hoir van TNO en Huub Schoenaker van de Stichting GKGK presenteren de eerste resultaten op donderdag 15 november 2012 tijdens het symposium 'De Achterhoek beweegt'.

Schoemakerstraat 97
2628 VK Delft
Postbus 6005
2600 JA Delft

www.tno.nl

T +31 88 866 00 00
F +31 15 262 07 66
infodesk@tno.nl

Datum
15 november 2012

Onze referentie
2012-52

E-mail
Maarten.lortzer@tno.nl

Doorkiesnummer
+31 88 866 60 888

Doorkiesfax
+31 15 269 21 11

Op opdrachten aan TNO zijn de Algemene Voorwaarden voor opdrachten aan TNO, zoals gedeponeerd bij de Griffie van de Rechtbank Den Haag en de Kamer van Koophandel Den Haag van toepassing. Deze algemene voorwaarden kunt u tevens vinden op www.tno.nl. Op verzoeken zenden wij u deze toe.

Handelsregisternummer 27376655.

TNO is een onafhankelijke innovatie-organisatie.

We verbinden mensen en kennis om innovaties te creëren die de concurrentiekracht van bedrijven en het welzijn van de samenleving duurzaam versterkt.

Met circa 3.500 professionals werkt TNO aan toepasbare kennis en oplossingen voor wereldwijde schaarsteproblemen.

TNO focust haar inspanningen op 7 thema's.

DIE WOCHEN IM WESTLICHEN MÜNSTERLAND **WOCHENPOST**

[Home](#) | [Termine und Service](#) | [Kleinanzeigen](#) | [Vertrieb](#) | [Archiv](#) | [Die Wochenpost](#) | [Preise und AGB](#) | [Kontakt](#)

Gut beschildert für Nachhaltigkeit sorgen

Samstag, 08. Dezember 2012



Gut beschildert: Übergabe der Auszeichnung „gkgk-Schule“ vor der Andreasschule in Velen mit (von links) Kommunalmoderator Reinhard te Uhle, Professor Dr. Roland Naul, Norbert van de Sand, Schulleiter der Walburgis-Grundschule Ramsdorf, Nicole Telahr, stellvertretende Schulleiterin der Andreas-Grundschule Velen, Velens Bürgermeister Dr. Christian Schulze Pellengahr, Dr. Thomas Brüggemann, Erster Beigeordneter der Stadt Velen.

Die Andreasschule Velen und die Walburgisschule Ramsdorf sind nach Abschluss des vierjährigen Gesundheitsprojektes „Gesunde Kinder in gesunden Kommunen“ (gkgk) offiziell ausgezeichnet worden: Die Projektverantwortlichen überreichten den Schulvertretern Plexiglasschilder als offizielle „gkgk-Schule“.

Projektchef Professor Dr. Roland Naul vom Willibald Gebhardt Institut (WGI) in Essen und Kommunalmoderator Reinhard te Uhle von der begleitenden Europäischen Akademie des Sports (eads) Bocholt/Velen überreichten die Schilder im Beisein von Bürgermeister Dr. Christian Schulze Pellengahr und dem Ersten Beigeordneten Dr. Thomas Brüggemann an Rektor Norbert van de Sand von der Walburgisschule und Nicole Telahr, stellvertretende Schulleiterin der Andreasschule.

Mehr als 200 Kinder hatten im Verlauf der vier Schuljahre (2008/2009 bis 2011/2012) an den Aktionen zu Bewegung und gesunder Ernährung von der Einschulung bis zur Entlassung in der vierten Klasse teilgenommen. Zuvor war Velen schon zwei Jahre Pilotprojekt gewesen. Fast alle Schüler und Schülerinnen haben in den vier

Schuljahren ihre basismotorische Entwicklung, insbesondere in der Bewegungskoordination und in muskulären Kraftbereichen, deutlich über den Altersdurchschnitt entwickeln können. Ebenso wurden ca. 40% der Kinder, die bei ihrer Einschulung übergewichtig waren, im Verlauf des Projektes schlanker.

Außer in Velen und Ramsdorf waren und sind insgesamt zwölf Kommunen an dem grenzüberschreitenden Projekt in Westdeutschland und den Niederlanden mit etwa 2000 Schülern und nahezu 40 Schulen beteiligt. In jeder gkgk-Kommune wird das lokale Netzwerk zwischen der Kommune, den Schulen und Sportvereinen durch einen Kommunalmoderator unterstützt.

Das Projekt „Gesunde Kinder in gesunden Kommunen“ wird im Rahmen des INTERREG IV A-Programms Deutschland-Niederland mit Mitteln des Europäischen Fonds für Regionale Entwicklung (EFRE) und vom Land Nordrhein-Westfalen, von der Provinz Gelderland und der Provinz Noord-Brabant kofinanziert. Es wird begleitet durch das Programm-Management bei der Euregio Rhein-Waal.

gkgk-Partner in Nordrhein-Westfalen sind das Ministerium für Wirtschaft, Energie, Bauen, Wohnen und Verkehr, das Ministerium für Frauen, Kinder, Jugend, Kultur und Sport, die Euregio Rhein-Waal, der LandesSportBund NRW, die Europäische Akademie des Sports, der BKK-Landesverband NORDWEST, die Unfallkasse Nordrhein-Westfalen und das Willibald Gebhardt Institut Essen.

Mehr als 1000 Schritte für einen Schokoriegel

Schulbilanz in Rheinberg / „Hervorragendes geleistet“

Rheinberg, 18. Februar 2013

Ein durchweg positives Fazit zogen die Verantwortlichen des Gesundheitsprojektes Gesunde Kinder in gesunden Kommunen (gkgk): An den drei Rheinberger Grundschulen Grote Gert, St. Peter und Paul Gerhardt sei über vier Jahre lang mit 150 Schülern Hervorragendes geleistet worden, bilanzierten zusammen Rektorin Johanna Mertens, Vertreter der Stadt Rheinberg und Projektleiter Professor Dr. Roland Naul vom Willibald Gebhardt Institut (WGI) Essen bei der Zertifizierung der Grundschule Grote Gert.

Die Anzahl übergewichtiger Kinder sei deutlich zurückgegangen – und somit ein wichtiges Ziel des Projektes erreicht worden. Es habe große Entwicklungsunterschiede zwischen den Schülern und Schülerinnen in den 1. Grundschulklassen gegeben: So schafften anfangs einige unsportliche Kinder beim Standweitsprung nur 36 Zentimeter, sportive Kinder hingegen sprangen zur selben Zeit bereits 1,40 Meter weit aus dem Stand. Die motorischen Fertigkeiten seien für die breit gestreuten Leistungsgruppen im Laufe der Zeit stark verbessert worden und die extreme Bandbreite konnte durch individuelle Förderung deutlich reduziert werden – und dies auch im Einklang mit einer besseren „sozialen Integration“ in diesen Schülergruppen, so Naul.

Auch das Angebot von drei Schulsportstunden plus zusätzlicher zwei Sportstunden nach dem Unterricht mit Übungsleitern aus Vereinen sei „gut angenommen worden“ bei einer fortgesetzten individuellen Förderung der Jungen und Mädchen über die vier Schuljahre hinweg, erklärte Schulleiterin Johanna Mertens.

Und ein allgemeiner Trend habe gestoppt werden können: „Die Kinder verbrachten insgesamt weniger Minuten vor dem Fernseher, der Spielkonsole oder dem Computer und bewegten sich dafür mehr bei gesunder Ernährung: Vier Jahre erhielten die Schüler ein gefördertes gesundes Frühstück mit Gemüse und Obst in den Pausen statt Süßigkeiten. Naul: „Es ist bei den Mädchen und Jungen durchaus das Bewusstsein geweckt worden, dass sie mehr als 1000 Schritte gehen müssen, um die Kalorien eines 20-Gramm-Schokoriegels wieder verbrennen zu können.“

Nordrhein-Westfalen an Nachhaltigkeit interessiert

2010 erhielt gkgk die Auszeichnung „Beispielhaftes Projekt: Landesinitiative Gesundes Land Nordrhein-Westfalen“ von der Gesundheitsministerin des Landes verliehen. Auch andere Ministerien (Schule und Sport) zeigen auf der Grundlage der vorliegenden Ergebnisse großes Interesse an der Nachhaltigkeit, sagte Projektleiter Naul.



Zertifizierung Grundschule Grote Gert in Rheinberg

» Altijd actueel: **de weekkrant.nl**

» Vacatures

Leuke baan in de buurt

www.deweekkrant.nl/banen



» Win een prijs

Vrienden voor het leven

www.deweekkrant.nl/baasenbeest

» Burkely tassen

Van leer en met teddybont

www.deweekkrant.nl/webwinkel



» Depressie?

Piet weet welk weer het wordt

www.deweekkrant.nl

‘Zo ziet een goed ontbijt er dus uit’

Sandwichspread, vruchtenhagel en kipfilet. Diëtiste Mieke Smit van praktijk In Balans heeft van alles bij zich. Tussen de taal- en rekenlessen door benadrukt ze in groep 3 en 4 van Het Bijvank en De Windroos het belang van gezonde voeding.

► **Jochem Vreeman**
► Enschede

Het tweewekelijks bezoek van Mieke aan Het Bijvank en ook het naastgelegen De Windroos heeft een reden. Zoals onlangs in deze krant te lezen viel, doen de beide scholen mee aan het project Gezonde Kinderen in een Gezonde Kindomgeving (GKGK). Bij de nulmeting in juni kwam naar voren dat ruim een kwart te dik is en ook wel wat meer op de voeding mag letten. “Ik bespreek met de leerlingen alles wat met voeding te maken heeft”, zegt Mieke. “Dat

zijn geen moeilijke verhalen over bijvoorbeeld de schijf van vijf, maar juist wel het in aanraking komen met van alles en nog wat op voedselgebied. Natuurlijk hoort daar groente en fruit bij, maar ik leer ze ook hoe een goed ontbijt eruit ziet. Zoals bekend zijn er veel te veel kinderen die slecht of niet ontbijten. Dan verschuift je hele eetpatroon en heb je 's avonds geen trek in een warme maaltijd. Vandaag heb ik

» **Diëtiste: ‘Ik merk dat kinderen al veel meer willen proeven’**

bijvoorbeeld appelstroop, vruchtenhagel en roggebrood meegenomen. Voor veel kinderen hoort dit niet bij hun normale ontbijt.”

Positieve reacties
Mieke merkt dat haar enthousiasme overslaat op de kinderen en dus ook de ouders. Dat is juist een van de peilers van het project, zo vertelt de diëtiste. “De ouders bepalen uiteindelijk welk eten er in huis komt en wat hun kroost meekrijgt naar school. Natuurlijk, pakjes Wicky-drink en calorierijke tussen-doortjes zijn erg handig, maar passen niet in een goed eet- en drinkpatroon. Nu zijn het nog de suikerdrankjes, maar in het voortgezet onderwijs wordt dat frisdrank. Ik merk dat de kinderen mijn lessen mee naar huis nemen. Ik krijg via leerkrachten veel positieve reacties van ouders die zeggen wat te gaan doen aan het eetpatroon. Het komt steeds vaker voor dat de kinderen een stuk komkommertje of tomaatjes meekrijgen naar school. Dan weet je dus dat er wat met de lessen gedaan wordt. Ook geef ik in de nieuwsbrief van de scholen gezonde tips zodat ouders enthousiast worden voor mijn werk.”



Mieke Smit: “Ik geef ook gezonde tips aan ouders.”

FOTO: ROBERT HOETINK

Hoewel de resultaten nu nog niet meetbaar zijn, Mieke is zo'n vier maand onderweg met het project, is de indruk dus nu al positief. “Ik merk dat kinderen al veel meer willen proeven. Natuurlijk is het leuk als ik tijdens zo'n saai rekenles binnenwandelen met mijn armen vol eten en drinken, maar ik merk dat de knop wordt omgezet.”

Gezonde Kinderen in een gezonde Kindomgeving

Het project Gezonde Kinderen in een gezonde Kindomgeving is een initiatief van de universiteit Duisburg-Essen en wordt in heel Europa uitgevoerd. GKGK volgt

de kinderen vanaf groep 3 hun hele basisschoolperiode. Naast gezonde voeding zijn de kinderen vooral veel bezig met extra bewegingsonderwijs.



FvT Fotografie

Fotos

Gefällt mir

GKGK

vor etwa 4 Monaten aktualisiert · Hier aufgenommen: bijvank Enschede

Gezonde kinderen in gezonde buurten.



Erfolge auch bei türkischen Grundschulkindern

Sie entwickeln erfolgreich motorische und soziale Kompetenzen

Leiden, 8. September 2013

Das Willibald Gebhardt Institut Essen (WGI) präsentiert aktuelle Daten für türkische Kinder aus dem grenzüberschreitenden deutsch-niederländischen gkgk-Projekt während eines internationalen Workshops bei TNO in Leiden/Niederlande (TNO = Niederländische Organisation für Angewandte Naturwissenschaftliche Forschung; Niederländisch: Nederlandse Organisatie voor Toegepast Natuurwetenschappelijk Onderzoek).

An diesem Workshop nehmen Wissenschaftler aus verschiedenen Universitäten aus der Türkei, den Niederlanden und Deutschland (WWU Münster und Universität Duisburg/Essen) teil und berichten über ihre Interventionsstudien mit Bewegung und Ernährung, um Bewegungsarmut und Adipositas bei Kindern mit einem türkischen Migrationshintergrund zu bekämpfen.

Erfreuliche Daten nach dreijähriger Intervention mit gkgk-/HCSC-Konzept

Die WGI-Daten aus dem gkgk-Projekt belegen nach drei Jahren Intervention mit täglichen Bewegungszeiten:

- türkische Mädchen – besonders in den Niederlanden – reduzieren signifikant ihr Übergewicht und ihren individuellen BMI-Referenzwert.
- Die motorischen Fähigkeiten der türkischen Kinder sind zu Beginn der Intervention schwächer ausgeprägt als die ihrer deutschen und niederländischen Mitschüler.
- Türkische Kinder haben eine positive motorische Entwicklung, die für beide Gruppen (DE/NL) signifikant ist.
- Auch übergewichtige türkische Kinder in beiden Ländern entwickeln ihre motorischen Fähigkeiten positiv.
- Türkische Kinder in Deutschland entwickeln ihre motorischen Fähigkeiten auf einem höheren Niveau als jene in den Niederlanden.
- Türkische Kinder verbringen mehr Zeit vor dem Bildschirm, aber auch mehr Zeit mit Bewegungsaktivitäten, als ihre nicht-türkischen Mitschüler.
- Im Gegensatz zu deutschen und niederländischen Jungen und Mädchen ohne Migrationshintergrund verbringen türkische Mädchen in den Niederlanden mehr Zeit vor dem Bildschirm und für Bewegungsaktivitäten als türkische Jungen in den Niederlanden.
- Türkische Mädchen in Deutschland und in den Niederlanden fühlen sich stärker und besser in ihren Schulklassen integriert als die türkischen Jungen.
- Besonders die türkischen Jungen zeigen ein starkes Selbstkonzept, das signifikant mit ihren motorischen Fähigkeiten korreliert.



„Machen Sie mit – es gibt nur Gewinner!“

Positive Bilanz / Einhellige Meinung der Kommunalvertreter

Kleve-Rindern, 1. Juli 2013

Eine überaus positive Bilanz: Durchweg erfreuliche Resultate konnten die Organisatoren nach einer fünfjährigen Projektphase des großen Gesundheitsprojektes „Gesunde Kinder in gesunden Kommunen“ (gkgk) der Euregio Rhein-Waal bei einer Abschlussveranstaltung der eads für Schulen und Sportbünde im Wasserschloss Rindern bei Kleve ziehen. Mehr als 2000 Kinder in fast 40 Schulen haben in zwölf Kommunen in den Niederlanden und in den Kreisen Borken, Wesel und Kleve an der guten Bewegungssache teilgenommen, hieß es in Rindern. „Kinder bewegen sich mehr und besser“, unterstrichen Projektleiter Professor Dr. Roland Naul vom begleitenden Willibald Gebhardt Institut Essen und Reinhardt te Uhle von der Europäischen Akademie des Sports Bocholt/Velen, die für die Veranstaltung in Rindern verantwortlich zeichnete.

Nach den fünf Jahren des Projektes soll noch längst nicht Schluss sein: In den Städten Emmerich und Kleve läuft das Projekt auch noch in nächsten Schuljahr. Andere Kommunen in NRW, Gelderland, Noord Brabant und Overijssel haben die gute Sache erkannt und wollen sie nun auch umsetzen. Dort haben sich u.a. acht Gemeinden in Achterhoek zu einem gkgk-Stützpunkt zusammengeschlossen. In Montferland laufen bereits seit ein paar Monaten die dortigen Vorbereitungen, auch mit der Stadt Emmerich enger im gkgk-Projekt zusammenzuarbeiten.

Matthias Kohl (LSB): gkgk ein Teil der Ganztags-Schulentwicklung in NRW

Matthias Kohl als Vertreter des Landessportbundes und der Sportjugend (LSB NRW) bekräftigte in einer Referentenrunde, dass gkgk gut ins LSB-Programm „NRW bewegt seine Kinder“ passe. Über 50 Prozent der Kinder in NRW besuchten bereits Ganztagschulen. Das sei positiv für die Sportentwicklung der Jungen und Mädchen, und gkgk gehöre als ein Teil weiterhin dazu. Die Entwicklung sei „insgesamt als sehr positiv“ zu bewerten.

Die gkgk-Organisatoren hatten auch Vertreter verschiedener Kommunen geladen. Sie bewerteten das Projekt ausnahmslos positiv. Hier einige Beispiele ihrer Aussagen,

Bürgermeister Johannes Diks, Emmerich: „Ich war von der Idee von Anfang an begeistert. Wir hatten Glück, mit Sascha Brouwer einen guten Kommunalmoderator zu erhalten, und wir haben viele Vorteile aus dem Projekt ziehen können. Die Lehrer waren begeistert. Hintergrund war der nachhaltige Umgang mit dem Thema Gesundheitsförderung und mehr Sportstunden anbieten zu können. Wir haben auch die Eltern ins Boot nehmen können. ... Machen Sie mit bei dieser Geschichte: Es gibt nur Gewinner!“

Dr. Thomas Brüggemann, Erster Beigeordneter Stadt Velen: „Wir waren Startkommune mit der Pilotphase 2007 bis 2008, dann folgte in den vier Jahren danach die Projektphase an der Andreas-Grundschule Velen und Walburgis-Grundschule Ramsdorf. ... Das Bewusstsein wurde gestärkt, dass die sportliche Entwicklung der Kinder ein klarer Erfolg für den Lernerfolg ist. Dies bestätigte sich auch in der vierten Klasse vor dem direkten Übergang zu weiterführenden Schulen. Die körperliche Fitness ist ganz entscheidend für den Lernerfolg. Hierauf hat gkgk seinen Fokus gerichtet – aus unserer Sicht mit großem Erfolg.“

Bürgermeister Rudi Geukes, Isselburg: „Das Projekt steht bei uns am Anfang. ... Das Problem des Übergewichts bei Kindern und Jugendlichen kann ich nur voll und ganz bestätigen: Ihm müssen wir auf den Grund gehen. gkgk hilft uns sehr dabei. Es gibt kaum bessere Möglichkeiten, um Gesundheit zu forcieren.“

GEZONDHEIDSPROJECT

De wortels

Het project Gezonde Kinderen heeft de motoriek van de betrokken leerlingen enorm verbeterd.

ENSCHEDÉ - Elk jaar wegen en meten, voorlichting over gezonde voeding en leefstijl. Bezoek van diëtisten, ouders die in een aantal gevallen moesten worden heropgevoed, luren Schiphorst, consulent sport en bewegen bij de gemeente, had er vier jaar bijna een dagtaak aan om alles in goede banen te leiden. Met het uiteindelijk resultaat: geen obesitas meer in de groepen 5 en 6 van De Windroos en nog maar twee, drie gedroos en nog maar twee, drie gevallen op Het Bijvank. Ook het aantal kinderen met overgewicht is flink teruggebracht. Hier had de gemeente niet van durven dromen. Exacte cijfers kan ik niet geven. Want de jongste metingen, die op 5 juni werden gehouden, zijn pas over een paar weken bekend", aldus Schiphorst. Hij verklaart wel dat hij aanvankelijk zijn twijfels had over aan bij het GKKG-project van de Duitse professor Roland Naul. Maar we hadden nauwelijks eigen handvatten en moesten maar zien hoe we het op De Windroos en Het Bijvank zouden redden. Het maatwerk was een gezamenlijk proces. Ook de diëtisten hadden nog nooit op deze manier had je te maken met veel vers de ouders het oppakken. Hoe zouden de ouders zich aanpakken? "Vraag Schiphorst zich af. "Het is al heel goed gegaan. Sommigen hadden nog nooit van een tomaten geboord. En ze weten nu dat wortels niet uit een potje komen. De moestuin die we bij kin-

derboorden De Wesseler hebben ingericht, heeft wat dat betreft echt z'n vruchten afgeworpen. De veranderingen moesten ook door de leerkrachten worden gevolgd. Bepaalde vaste patronen werden losgelaten. "Waarom mag je een appel pas in de pauze van kwart over tien eten? Waarom niet tijdens de les als je daar zin in hebt? En water drinken tijdens de les is toch ook geen gek iets". De bal bij het terugdringen van obesitas en overgewicht werd vier jaar geleden heel bewust bij de kinderen van de groepen 1 en 2 neergelegd. "Deze jongens en meisjes kun je kneden. Zij konden met wat ze op school hoorden vervolgens hun ouders coachen. En dat is ook gebeurd. Er zijn moeders die van hun kind hebben gehoord dat ze beter groenten dan patat konden geven. De voedingslessen hebben op de beide scholen voor veel kennis en plezier gezorgd". Veel van het succes bij het terugdringen van obesitas en overgewicht is te danken aan de extra gymlessen op de dinsdagnmiddag. Jan Herman, vakleerkracht op De Windroos, noemt dat een van de belangrijkste pijlers. "Ik geef les op andere basisscholen in met de kinderen met dit gezondheids-scheide, dus kan ik kinderen ook elkaar vergelijken. De kinderen van de groep 5 en 6 zijn geleiden met dit gezondheidsproject zijn begonnen. En de te verbeteren. En degenen die te zwaar waren, hebben veel meer plezier in het bewegen gekregen. Kinderen die onduidelijk hingen, vonden nu wel een fysieke klachten als ze niet de gymlessen moesten. Ik hoop dat hetgeen ze geleerd hebben blijft. Voor mij was het ook een heel leerzame periode".

De databank die we online gaan zetten bevat gegevens van 10.000 kinderen

Professor Roland Naul



■ Leerlingen van de groepen 5 en 6 van de basisscholen Het Bijvank en De Windroos hebben gistermiddag een vierjarig Europees gezondheidsproject afgesloten. Net als bij de start kregen ze allen een appel. Tijdens het project werden dankzij hulp van de EU een paar keer groenten en fruit uitgedeeld. foto Wim Corduwer

‘Ik ben niet dik en niet dun, ik ben 29,5 kilo’

Wen van 10.000 kinderen online wil zetten. „Een leerling kan z'n eigen gegevens naadloos aan een leerkracht van het gewicht van z'n klas kijken. En een diëtist kan naar het profiel van zijn verschillen. Ook de onderdelen van de groep 5 kun je naar voren halen. De gebruiksmogelijkheid statistisch materiaal tot je beschikking. Uiteraard worden de namen van de kinderen niet vermeld.“

Professor Roland Naul is het de bevindt van de Wesselerbrink af. Volgens de Wesselerbrink af-project, waarbij ook veel Duitse scholen betrokken waren, had we ten laatste in het nieuwe schooljaar een databank met de gegevens van 10.000 kinderen.

Gabriël, gesproken in een voetbalshirt van Brazilië, vond de lessen over gezonde voeding die door een diëtiste werden gegeven 'leuk'. De meeste groentes en fruit die werden getoond herkende hij. „Ik heb mijn moeder wel eens in de keuken met spinaatze maken. Ik heb mijn moeder uit de kast. Hij-zie daar groenten en pak dingen voor mijn moeder uit de kast. Hij-dens de lessen mochten we ook nu hoger en verder dan vroeger. En bewogen? De goedkuche leerling voetbal bij Victoria. Het afgelopen seizoen in h4, nu wordt hij

Wat gezond leven is? Gabriël (zonder puntjes) Saado heeft niet lang na te denken. De 8-jarige leerling uit groep 5 van De Windroos noemt in één adem groente, fruit en groente eten. „En niet te veel eten, je moet ook ontbijten. Dat doe ik elke dag. Ik eet olijven, ei, en soms yoghurt. En scheid-ze. Maar ik eet ook gezond. Tomaten, komkommers, aubergines en scherpe paprika's. Maar ook de rode, gele en de groene. En ik drink thee en water.“

Wen van 10.000 kinderen online wil zetten. „Een leerling kan z'n eigen gegevens naadloos aan een leerkracht van het gewicht van z'n klas kijken. En een diëtist kan naar het profiel van zijn verschillen. Ook de onderdelen van de groep 5 kun je naar voren halen. De gebruiksmogelijkheid statistisch materiaal tot je beschikking. Uiteraard worden de namen van de kinderen niet vermeld.“

Professor Roland Naul is het de bevindt van de Wesselerbrink af. Volgens de Wesselerbrink af-project, waarbij ook veel Duitse scholen betrokken waren, had we ten laatste in het nieuwe schooljaar een databank met de gegevens van 10.000 kinderen.

maar ook andere dingen draagt ze aan. „Cola is heel slecht om te drinken. En je moet ook niet te veel vlees eten. Eet voor je.“ Dat is ook niet gek geleerd: elke dag Wat ze ook heeft. En dat doet Stefanie Naam. „Ik kan af en toe in de keuken bij mijn moeder en kijk dan wat ze gevraagd of ze bepaalde groenten wilde koken. Wat we thuis eerst? Spaghetti, aardappels, spinaat, paprika en spruitjes. Ja, die ook.“

een E-pupil. „En ik zwem. De A-, B- en C-diploma's heb ik al. Nu moet ik alleen het snorkelen nog doen. Ik ben niet dik en niet dun. Ik ben 29,5 kilo“, zegt hij. Ook Stefanie Naam kijkt tevreden. „De 9-jarige zegt dat ze veel plezier heeft aan de (extra) lessen. „Ik kan me beter concentreren met sporten en springen. En bewogen? De goedkuche leerling voetbal bij Victoria. Het afgelopen seizoen in h4, nu wordt hij

Gabriël, gesproken in een voetbalshirt van Brazilië, vond de lessen over gezonde voeding die door een diëtiste werden gegeven 'leuk'. De meeste groentes en fruit die werden getoond herkende hij. „Ik heb mijn moeder wel eens in de keuken met spinaatze maken. Ik heb mijn moeder uit de kast. Hij-zie daar groenten en pak dingen voor mijn moeder uit de kast. Hij-dens de lessen mochten we ook nu hoger en verder dan vroeger. En bewogen? De goedkuche leerling voetbal bij Victoria. Het afgelopen seizoen in h4, nu wordt hij

Wat gezond leven is? Gabriël (zonder puntjes) Saado heeft niet lang na te denken. De 8-jarige leerling uit groep 5 van De Windroos noemt in één adem groente, fruit en groente eten. „En niet te veel eten, je moet ook ontbijten. Dat doe ik elke dag. Ik eet olijven, ei, en soms yoghurt. En scheid-ze. Maar ik eet ook gezond. Tomaten, komkommers, aubergines en scherpe paprika's. Maar ook de rode, gele en de groene. En ik drink thee en water.“

Wen van 10.000 kinderen online wil zetten. „Een leerling kan z'n eigen gegevens naadloos aan een leerkracht van het gewicht van z'n klas kijken. En een diëtist kan naar het profiel van zijn verschillen. Ook de onderdelen van de groep 5 kun je naar voren halen. De gebruiksmogelijkheid statistisch materiaal tot je beschikking. Uiteraard worden de namen van de kinderen niet vermeld.“

Professor Roland Naul is het de bevindt van de Wesselerbrink af. Volgens de Wesselerbrink af-project, waarbij ook veel Duitse scholen betrokken waren, had we ten laatste in het nieuwe schooljaar een databank met de gegevens van 10.000 kinderen.



Wo gibt es Informationen zu gkgk im Internet?

Eine gute Übersicht über die vielen Weblinks zu dem gkgk-Projekt ergibt eine Internetrecherche über Suchmaschinen mit dem Eintrag *Gesunde Kinder in gesunden Schulen*. Hier ist auch eine Reihe von PDF-Dokumenten und Powerpoint-Serien über die Entwicklung und Projektberichterstattung zum Download und Ausdruck zu finden. Fast alle gkgk-Schulen in NRW (17) und die Kommunen, die an dem Projekt teilnehmen, haben auf ihren Homepages Berichte über die Entwicklung des Projektes und über besondere Events dazu. Ebenfalls gibt es mehrere Homepages der beteiligten Stadt- und Kreissportbünde (z. B. KSB Kleve), die aus Sicht des organisierten Sports und über die Mitwirkung der Sportvereine informieren. Schließlich wurde und wird in unregelmäßigen Abständen von allen beteiligten Projektpartnern in NRW (Ministerien, LSB NRW, BKK NORDWEST, Unfallkasse NRW, Universität Duisburg-Essen, Westfälische Wilhelms-Universität Münster, Willibald Gebhardt Institut, Euregio Rhein-Waal u. a.) auf ihren Homepages über die Entwicklung und den Sachstand berichtet.

Zentrale Websites

Als zentrale Homepages für das GKGK-Projekt und damit verbundene Fragestellungen (z. B. Ganztag, organisierter Sport) seien hier genannt:

www.wgi.de
www.gkgk-online.com
www.hcsc.eu
www.naul.de
www.eads.de
www.bkk-nordwest.de

www.unfallkasse-nrw.de
www.mfkjks.nrw.de
www.msw.nrw.de
www.sportjugend-nrw.de
www.sport-if.de
www.uni-muenster.de/Sportwissenschaft

Impressum

gkgk-press

Herausgeber

Willibald Gebhardt Institut
Gladbecker Straße 180
D-45141 Essen
Telefon +49-201-183-7614/19
Telefax +49-201-183-7624
E-Mail: mail@wgi.de
Internet: www.wgi.de
www.gkgk-online.com
© WGI, Essen; Oktober 2013

Texte

Roland Naul, Uwe Wick, Horst Andresen

Grafik, Fotos

andresen-presseservice & layouts
D-46325 Borken-Rhedebrügge
Telefon 0 28 72 / 980 627
Telefax 0 28 72 / 980 628
E-Mail: info@and-press.de