

Frau Holle im Alten Rathaus

WIESBADEN (red). Was hat Frau Holle mit dem Alten Rathaus zu tun? Das erfahren Jungen und Mädchen am Samstag, dem 26. Juni, im Rathaus. Dort lesen Mitglieder des Ehrenamtes für Kultur Wiesbaden (EKW) Kindern im Grundschulalter Märchen vor. Und erzählen ihnen, was diese Märchen und die sieben Tugendtafeln, die früher an der Fassade des Alten Rathauses hingen, gemeinsam haben. Die Märchenstunde ist Teil des Rahmenprogramms zur Ausstellung „400 Jahre Altes Rathaus“. Begleitend zur Ausstellung wurde auch das Machmit-Preisrätsel entwickelt, das sich ebenfalls um Märchen und Tugendtafeln dreht. Kinder, die die Fragen des Preisrätsels richtig beantworten, können eine spannende Schlossführung gewinnen oder ein Detektivspiel durch die Wiesbadener Innenstadt zusammen mit Freunden, Freundinnen oder der Familie. Die Vorlesestunde beginnt am 26. Juni um 11 Uhr im Rathausfoyer. Rote Kissens auf blauen und grünen Decken signalisieren die Märchenecke.

MORGEN LESEN SIE

► In unserem Extra „Leute lokal“ berichten wir über den neuesten Klatsch und Tratsch aus Wiesbaden.

Kleine Sportmuffel – große Probleme

BEWEGUNGSMANGEL Was Eltern tun können, wenn der Nachwuchs am liebsten vor dem Fernseher sitzt

Von
Julia Anderton

WIESBADEN. Als Lukas vier Jahre alt war, gab es für ihn nichts Größeres als Fußball. Stundenlang kickte er im heimischen Garten oder auf dem Spielplatz, allein oder mit Freunden, bei Regen, Wind und Sonnenschein. Dann kamen „Spongebob“ und „Jibber Jabber“ – und der Ball landete in der Ecke. „Seit Lukas das Fernsehen entdeckt hat, interessiert er sich kaum noch für etwas Anderes. Ich hoffe, dass es dabei nur um den Reiz des Neuen geht und er bald lieber wieder herumsaust als vor der Glotze zu hängen“, sorgt sich seine Mutter Regina Schnaller um den mittlerweile Sechsjährigen.

Immer mehr Übergewichtige

Sie steht nicht allein – es gibt wohl kaum ein Elternteil, das sich nicht Gedanken macht, ob der Nachwuchs sich ausreichend bewegt. Noch vor wenigen Jahrzehnten war dies überhaupt kein Thema, weil die Kinder nach dem langen Stillsitzen in der Schule nachmittags ganz selbstverständlich miteinander tobten, Rad fuhren, Gummitwist sprangen oder Fangen spielten. In unserer heutigen hochmotorisier-



Immer mehr Kinder und Jugendliche sind übergewichtig. Bewegungsmangel ist oft eine der Ursachen.

Foto: Archiv/dpa

ten und medien-orientierten Welt jedoch ist die Bewegung im Alltag stark zurückgegangen. Nicht umsonst nimmt die Zahl der übergewichtigen Kinder fortlaufend zu, bei den Teenagern bringt bereits jeder Dritte zuviel auf die Waage. Die

Wiesbadener Personal Trainerin Denise Ahlers, die an der Mainzer Gutenberg-Universität Sportwissenschaften unterrichtet, berichtet: „Die Folgen von Bewegungsmangel reichen über mangelnde körperliche Fitness, Haltungsschäden bis

zu geringerer geistiger Leistungsfähigkeit. Spätfolgen im Erwachsenenalter sind der frühere Beginn von Herz-Kreislauferkrankungen und Rückenleiden.“

Während sich die Kleinen im Kindergartenalter meist noch

gern auf spielerische Weise körperlich betätigen, lässt mit Beginn der Pubertät bei zahlreichen Jugendlichen das Sportinteresse nach. Ahlers dazu: „Heute beschäftigen sich die Jugendlichen viel mehr mit digitalen Medien als mit körperlicher

Aktivität. Teilweise sind die Zustände im Sportunterricht de- saströs.“

Was also tun? Da Bewegung Spaß machen und nicht mit Zwang verbunden werden soll, macht es für Eltern jüngerer Kinder Sinn, diesen so oft wie es nur geht Möglichkeiten zum Laufen, Klettern, Hüpfen anzubieten, so dass körperliche Aktivität von jungen Jahren an zur Selbstverständlichkeit wird.

Möglichkeiten im Alltag

Der Alltag bietet unzählige Möglichkeiten: Mauern zum Balancieren, Treppenstufen zum Springen oder Vorsprünge zum Hangeln. Oder den Gang zum Kinderturnen. Bei älteren Sportmuffeln hilft es nach Erfahrung von Denise Ahlers, Regeln aufzustellen – und die Flimmerkiste mal auszulassen. „Ich denke, das größte Problem sind die Ablenkungen über Computer und Fernsehen.“ Schließlich hat auch das Hirn etwas davon, wenn der Körper sportelt: „Ausreichende Bewegung ist für die Entwicklung der geistigen Leistungsfähigkeit wichtig. Wer eine gute Körperkoordination besitzt, kann sich besser konzentrieren. Und durch die stärkere Durchblutung des Gehirns wird außerdem auch die Gedächtnisleistung gesteigert.“

Mit der Stimme in den Bann ziehen

PROJEKT 67 Wiesbadener Schüler zu „Leserittern“ ausgebildet

Von
Ruth Fischer

WIESBADEN. Im Rathaus waren jetzt ungewöhnliche Szenen zu beobachten: Eine Gruppe von Kindern kniet auf einem roten Teppich im Festsaal nieder und wird feierlich von einem jungen Mann im Königsgewand samt Krone und Schwert zum Ritter geschlagen. Für die jungen Menschen zugleich eine Auszeichnung für ihre Leistungen und der Beginn ihres ehrenhaften Auftrags: Acht Wochen lang wurden 67 Wiesbadener Schüler zu „Leserittern“ ausgebildet und erhielten nun ihre Urkunden.

Aussprache und Betonung

Von der dritten bis zur neunten Klasse fanden sich Freiwillige aus sieben Wiesbadener

Schulen, mit denen Greta Carl, eine ausgebildete Schauspielerin der Wiesbadener Schule für Schauspiel, Aussprache und Betonung übte. Intensiv wurde einmal wöchentlich an einer von den Kindern ausgewählten Textstelle gearbeitet, bis die Vorleser ihre Zuhörer mit ihrer Stimme in den Bann ziehen konnten.

Das Ergebnis konnten die geladenen Gäste nun genießen. Ob Kinderbuch oder Krimi, sieben Kinder und Jugendliche bewiesen stellvertretend für ihre Mitsstreiter den Erfolg des Unterrichts. Mit geradezu schauspielerischem Talent präsentierten sie ihre Lieblingsbücher, sie schrien und flüsterten, stotterten und lachten, wo die jeweilige Textstelle es verlangte.

Dieses Können sollen sie nun einsetzen, um in Kindergärten oder Seniorenheimen den

Menschen das Lesen und Bücher näher zu bringen – ein Vorteil für Vorleser und Zuhörer, so Schuldezernentin Rose-Lore Scholz (CDU). Dadurch werde jungen Menschen vermittelt, wie wichtig ein guter Umgang mit der Sprache sei und wie erfüllend es sei, sich ehrenamtlich zu engagieren.

Die Organisation des Vorlesens sollen die Schüler selbst übernehmen. Das wird natürlich auch belohnt: Die Wiesbadener Buchhändler „Sechs Richtige“ spenden pro Einsatz Gutscheine im Wert von fünf Euro.

Anreize aus der Familie

Für die zehn Jahre alte Leila, die eine dritte Klasse in der Diesterwegschule besucht, scheint dieser Anreiz gar nicht notwendig zu sein. „Ich habe auch schon vorher gerne gele-

sen. Am liebsten lese ich meinen Eltern vor, aber gerade habe ich auch in der ersten Klasse in meiner Schule vorgelesen.“ Ihren nächsten Einsatz als Leseritter plant sie in ihrem alten Kindergarten.

Ins Leben gerufen wurde das Projekt durch die Wiesbaden-Stiftung und wird unterstützt von dem Rotary Club Wiesbaden-Rheingau und der Jean Müller GmbH Eltville. Bereits letzten Herbst konnten so 39 Schüler zum Leseritter geschlagen werden.

Damit in Zukunft möglichst viele Kinder mit Büchern und ihrer Stimme bewaffnet in Krankenhäuser und Buchhandlungen hinausziehen und den Menschen das Lesen näher bringen, ist eine Fortsetzung des Projekts geplant. Nach den Sommerferien geht es zunächst in der Freiherr-vom-Stein-Schule weiter.



König Carl III. schlug die Schüler der Diesterwegschule feierlich zu Leserittern.

Foto: RMB/Kubinka

GANT
GANT STORE WIESBADEN LUISEN FORUM TEL. 06 11.341 34 07
WWW.GANT.COM