

Yoloday an der EKS

(BÜZ, 03.05.2024, Manfred Ofer)

Yolo. Hinter dem Begriff verbirgt sich die bei jungen Menschen beliebte Formel „You only live once“. Aus dem Englischen übersetzt, bedeutet das „Man lebt nur einmal“. Beim gleichnamigen „Yoloday“, der jedes Jahr an den Schulen im Kreis Bergstraße ausgerichtet wird, stehen die Themen Gesundheit und Prävention im Fokus. Auch an der Erich-Kästner-Schule (EKS) nahmen Schülerinnen und Schüler wieder am Projekttag teil.

Gesundheitsvorsorge hat viele Gesichter. Davon kann man sich beim „Yoloday“, einem Projekttag, der sich an Schulen im Kreis Bergstraße diesem Thema widmet, nachhaltig überzeugen. Auch an der EKS bestand die Gelegenheit. Zum zweiten Mal in diesem Jahr, denn im Februar hatte es für die Angehörigen des Realschulzweiges schon einmal „Yolo!“ geheißen. Beim jüngsten Event waren nun der Gymnasial- und der Hauptschulzweig an der Reihe.

Neben dem Unterricht spielen auch Gesundheit und Vorsorge eine wichtige Rolle im pädagogischen Konzept der Schule. Denn die Kids und deren Lehrkräfte sehen sich hier mit Themen konfrontiert, die mit sich verändernden Trends und der digitalen Entwicklung im Zusammenhang stehen. Vor diesem Hintergrund luden auch die „Netzhelden“, eine Gruppe von Schülerinnen und Schülern, die sich mit einem verantwortungsvollen Umgang mit Smartphone und Internet befasst, zu einem Workshop ein.

Wie man sich zum Beispiel vor Cybermobbing schützen kann, weckte auch bei Bürgermeisterin Barbara Schader und dem Ersten Kreisbeigeordneten Matthias Schimpf Interesse, die der EKS am „Yoloday“ einen Besuch abstatteten. Dass das Thema den jungen Menschen unter den Nägeln brennt, ist kaum verwunderlich. Schließlich gehört der Umgang mit den neuen Medien bei dieser Generation längst zum Alltag. Mit allen Konsequenzen, die auch für die psychische Gesundheit der Betroffenen damit einhergehen.

In einem anderen Klassenraum stand zur selben Zeit das Thema „Vorurteile und Rassismus“ im Mittelpunkt von Gespräch und Aufklärung. Dass eine respektvolle und wertschätzende Kommunikation dazu beitragen kann, Wohlbefinden und Gesundheit zu stärken, haben Studien ergeben. Viele unnötige Konflikte könnten so vermieden werden.

„Es freut mich, dass die Schulen bewusst den Weg der Prävention gehen und dass das heute hier auf so fruchtbaren Boden fällt“, bemerkte Bürgermeisterin Schader. Auch Matthias Schimpf zeigte sich beeindruckt von der Vielfalt der Themen und Kooperationspartnerschaften.

Unter anderem brachte sich auch die für ihren Medizin-Lehrstuhl berühmte Universität Heidelberg mit eigenen Dozenten am Projekttag ein. „Mit dem Projekttag wollen wir möglichst viele niedrigschwellige Informationsangebote schaffen“, sagte Laura Bernd, Lehrerin für Sport und Englisch an der EKS. Das jüngste Event deckte darob ein breites Spektrum ab. Teilnehmer befassten sich im Rahmen eines „Sinnesparcours“ mit der Basis von gesunder Ernährung, erfuhren, wie man im Ernstfall einen Defibrillator benutzt, was hinter einem Suchtverhalten steckt und welche Sportarten eine positive Wirkung haben. Wie zum Beispiel Yoga, das in der Turnhalle praktiziert wurde. Ein Sonnengruß war ein perfekter Start in den „Yoloday“, der am Mittag endete. Dann war es an der Zeit für einen gesunden Lunch.