

Gesund macht
Schule

Newsletter



© stock.adobe.com/Khrystyna

Klimaschutz – eine gesunde Sache!

Klimawandel und Gesundheit sind eng miteinander verknüpft: Was wir essen oder wie wir uns fortbewegen, spielt eine große Rolle für unsere Gesundheit und wirkt sich zugleich auf das Klima aus. Da kommt die gute Nachricht gerade recht: So ziemlich alles, was das Klima schützt, ist auch gesund!

Warum ist Klimaschutz so wichtig für unsere Zukunft und für die Gesundheit? Wie können Kinder das Klima schützen und gleichzeitig etwas für ihre Gesundheit tun? Unser Wettbewerb „Klimaschutz ist auch Gesundheitsschutz“ hatte die Schülerinnen und Schüler unserer Programmschulen im vergangenen Schuljahr aufgerufen, als Klimaforscherinnen und Klimaforscher diesen Fragen auf den Grund zu gehen.

Bei der Sichtung der eingereichten Beiträge kam unsere Jury ordentlich ins Schwitzen. Vielleicht hatte das ein bisschen mit den sommerlichen Temperaturen zu tun. Vor allem aber lag es daran, dass es ihr angesichts der kreativen Einsendungen wirklich nicht leichtfiel, die Gewinner auszuwählen. Schließlich haben wir uns entschieden, gleich sieben Schulen mit dem ersten Platz auszuzeichnen. Drei der Preisträger stellen wir Ihnen auf den folgenden Seiten vor.

Gemeinsam aktiv für Klima- und Gesundheits- schutz

In allen Wettbewerbsbeiträgen wird deutlich: Kinder beschäftigt das Thema Klimaschutz sehr. Sie haben viele Fragen und ebenso viele Ideen, wie sie sich umwelt- und klimafreundlich verhalten können. Manchen bereitet es allerdings auch Angst, was der Klimawandel für ihre Zukunft bedeuten mag. Umso wichtiger ist, dass Kinder früh erkennen: Sie können etwas tun, sie können etwas beitragen. Diese Erfahrung von Selbstwirksamkeit ist ein Gegengewicht zu Ängsten und Sorgen und stärkt die seelische Gesundheit.

Insgesamt hat uns sehr beeindruckt, wie aktiv die Schulen zu unserem Wettbewerbsthema sind. Und nicht nur das: In den Beiträgen der Kinder stecken gleichzeitig viele Überlegungen, wie sie andere erreichen und motivieren können, sich ebenfalls für ein gesundes Klima stark zu machen. Denn auch das ist ihnen bewusst: Klima- und Gesundheitsschutz gehen alle etwas an!



Inhalt

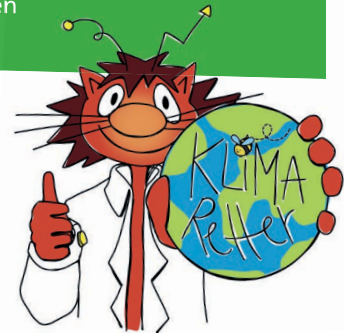
Herzlichen Glückwunsch an alle Klimaforscherinnen und Klimaforscher!

Kreativ, praxistauglich und motivierend: So haben drei der Gewinnerschulen unseres Wettbewerbs „Klimaschutz ist auch Gesundheitsschutz“ das Thema umgesetzt

Wie geht Klimaschutz? Was hat er mit Gesundheit zu tun? Wie können Grundschul Kinder sich diesen Fragen nähern?

Medientipps für Schule, Ganztage und Familien

**Werde
Klima-
Retter!**



Tipps von Prof. Schnurr, wie du deine Gesundheit und das Klima schützen kannst!

Herzlichen Glückwunsch an alle Klimaforscherinnen und Klimaforscher!

Jede Menge Ideen und Engagement auf ganzer Linie:
Die Einsendungen zu unserem Wettbewerb „Klimaschutz ist auch Gesundheitsschutz“ zeigen, wie das Thema in der Schule kreativ und nachhaltig umgesetzt werden kann. Zugleich wird deutlich: Klima- und Gesundheitsschutz sind nicht kompliziert und es braucht nicht viel, um einen Beitrag zu leisten.

Für die **Freiherr-von-Motzfeld-Schule in Goch** ist die Teilnahme am World Cleanup Day seit mehreren Jahren gesetzt: Mit großem Eifer schwärmen alle Klassen an diesem Aktionstag aus und befreien Straßen, Plätze und Grünanlagen im Ort von achtlos zurückgelassenem Müll. Bei den Drittklässlerinnen und Drittklässlern der Tigerklasse kam im vergangenen Herbst der Wunsch auf, zusätzlich dauerhaft etwas zu verändern und im Alltag auf eine saubere und gesunde Umwelt zu achten. „Der Wettbewerb von *Gesund macht Schule* kam uns da gerade recht“, schmunzelt ihre Klassenlehrerin Stefanie Wilbert.

Um dem Thema ausreichend Raum geben zu können, setzte sie das Klimaschutzprojekt 12 Wochen lang in den freiwilligen Förderstunden für die Tiger um. In Gruppen recherchierten die Kinder im Internet aktuelle Aspekte rund um den Klimaschutz. Eine Gruppe entwarf Namensschilder, mit denen sie sich als Klimaforscherinnen und Klimaforscher ausweisen konnten. „Als wir die Rechercheergebnisse besprochen haben, erkannten die Kinder, dass viel Güterverkehr schlecht für das Klima ist, weil Lkw, Schiffe und Flugzeuge umweltschädliches CO₂ ausstoßen“, beschreibt Stefanie Wilbert. „Das brachte sie darauf, dass sie zum Beispiel keine Erdbeeren im Winter essen



wollen. Denn zu dieser Jahreszeit werden die Früchte aus anderen Ländern nach Deutschland transportiert.“ Aus diesen Überlegungen heraus entwickelten die Tiger ihren Ansatz, insbesondere bei Mobilität und Ernährung auf klimafreundliches Verhalten zu achten. Als sie ihre Überlegungen im regulären Unterricht der gesamten Klasse vorstellten, war das Votum eindeutig: Das finden wir gut, das machen wir!

Jeder Schritt zählt

Zur Mobilität hielten die Kinder fest, dass es für das Klima besser sei, mit dem Rad, dem Roller oder zu Fuß zur Schule zu kommen,

als mit dem Auto gebracht zu werden. Bewegung am Morgen sei zudem ein Pluspunkt für Fitness und Gesundheit. Ihre Vorschläge setzen sie seitdem konsequent um. Auch bei ihren Eltern hatten sie dafür geworben, für kurze Strecken nicht das Auto zu nehmen. Im Bereich Ernährung nahmen sie regionale, saisonale und – wenn möglich – Bio-Lebensmittel in den Blick. Um Teller und Brotdose „klimafreundlich“ befüllen zu können, hängt in der Klasse der Tiger nun ein Saisonkalender für Obst und Gemüse aus. Darüber hinaus fördern der Kontakt der Schule zu einem benachbarten Bauernhof, einem Imker und die Bewirtschaftung des Schulgartens das Bewusstsein der Kinder für frische Lebensmittel aus der Region.

„Insgesamt hat ihnen die Projektarbeit gezeigt, wie eng viele Klimaschutzmaßnahmen mit ihrem eigenen Alltag verknüpft sind“, bilanziert Stefanie Wilbert. „Sie haben erfahren, dass Klimaschutz auch Gesundheitsschutz ist, dass sie selbst etwas bewirken können und dass jeder kleine Schritt zählt. Nicht zuletzt haben sie erlebt, dass es jede Menge Spaß macht, sich gemeinsam dafür einzusetzen.“

Wir werden Klimaforscher:innen!

Mobilität
im Alltag
der Kinder

World
Cleanup
Day

Ernährung
im Alltag
der Kinder

Die Klasse 3c (Tiger) der Freiherr-von-Motzfeld-Gemeinschaftsgrundschule



Fazit Ernährung

- Augen auf, was in die Brotdose kommt!
- Nur gesundes Essen gibt Kraft für den Tag!
- In den Obst- und Gemüsekalender in der Klasse schauen, was gerade saisonal und regional ist.
- Beim Bauern um die Ecke kaufen – wenn es preislich geht, in Bio-Qualität.
- Selbst anbauen! Dann weiß man, woher es kommt und was man isst.

Fazit Mobilität

- Weniger Autos für den Transport zur Schule.
- Stattdessen lieber zu Fuß gehen, Fahrrad oder Roller fahren.
- Ist besser für das Klima und unsere Gesundheit.
- Denn Bewegung am Morgen macht uns fit und fördert die Gesundheit.



Sieben auf dem Siegertreppchen

Von insgesamt 17 Einsendungen zu unserem Wettbewerb „Klimaschutz ist auch Gesundheitsschutz“ haben uns sieben Beiträge so gut gefallen, dass wir sie alle mit dem ersten Platz ausgezeichnet haben.

Hier die Gewinner auf einen Blick:

- Grundschule am Pappelsee, Kamp-Lintfort
- Johannesschule Siersdorf, Aldenhoven
- Katholische Grundschule Sinzenich, Zülpich
- Schule Kronstiege, Hamburg
- Städtische Evangelische Grundschule Bensberg, Bergisch Gladbach
- Klasse 3a und 3b der Tannenbusch-Schule, Dormagen
- Klasse 3c (Tigerklasse) der Freiherr-von-Motzfeld-Grundschule, Goch



Fotos: Johannesschule in Siersdorf

„Wir sind Klimaheld*innen – ihr auch?“

„Wir möchten, dass die Kinder, Eltern und Lehrer häufiger mit dem Fahrrad, dem Roller oder dem Bus zur Schule kommen“, steht als Aufforderung auf dem Plakat der „Fahrradgruppe“, einer zweiten Klasse der **Johannesschule in Siersdorf**. Bei der Präsentation ihres Projekts in den anderen Klassen ihrer Schule erklärten sie, dass dies für die Umwelt besser sei, als immer mit dem Auto zu fahren. Und nicht nur das: „Sich bewegen ist auch gesund“, betonten sie.

Die Fahrradgruppe ist eine von sieben Gruppen, die an der Johannesschule nach dem Motto „Wir sind Klimaheld*innen – ihr auch?“ Ideen für mehr Umweltschutz entwickelt und umgesetzt haben. Eine Gruppe stattete dem Kindergarten einen Besuch ab, um schon den Kleinsten das Thema Mülltrennung nahebringen. Ein Video zu Klimaschutzthemen, ein selbstorganisierter Müllsammeltag, selbstgemalte und im Ort platzierte Plakate mit „Werbebotschaften“ für Naturschutz, Bäume pflanzen und Radfahren sowie ein Artikel für die Lokalzeitung waren weitere engagierte Projekte. Großen Anklang fand auch die Aktion der „Supermarktgruppe“: Sie hatte in den Regalen eines großen Marktes regionale, nicht in Plastik verpackte und nachhaltige Lebensmittel

mit selbstgestalteten Klimaheldinnen- und Klimahelden-Stickern ausgezeichnet. Einkaufende, die sich für diese klimafreundlichen – und zumeist auch gesunden – Produkte entschieden hatten, durften sich am Ausgang dann selbst einen Sticker nehmen.

Von der Idee zur Aktion

„Zum Abschluss einer Sachunterrichtsreihe zu Mülltrennung und Klimaschutz sollten die Kinder überlegen, was sie selbst beitragen können“, beschreibt Klassenlehrerin Martina Rohmann den Anfang der Projektidee. „Weil sie viele tolle Ideen hatten, haben wir beschlossen, ihnen die Umsetzung zu ermöglichen. Wir Lehrkräfte haben sie dabei begleitet und bei Fragen unterstützt. Doch weitgehend haben die Kinder eigenständig gearbeitet.“

Zunächst fanden sie sich zu Gruppen zusammen, formulierten ihre Ziele und hielten sie auf einem Plakat fest. Im nächsten Schritt wurde gemeinsam beratschlagt und geplant, wie sich das Vorhaben umsetzen lässt, wer helfen kann und welche Materialien benötigt werden. Dank der guten Vorbereitung konnten alle Aktionen erfolgreich umgesetzt werden. Im Nachgang besuchten die Schülerinnen und Schüler die anderen Klassen ihrer Schule, stellten ihre Projekte vor und riefen Kinder und

Lehrkräfte auf, ebenfalls Klimaheldinnen und Klimahelden zu werden.

Als roter Faden zog sich durch ihre Aktionen der Gedanke, möglichst viele Menschen zu erreichen. Denn Klimaschutz gehe alle etwas an und es sei an der Zeit, aktiv zu werden. „Wir möchten heute auf den Umweltschutz und den Klimawandel aufmerksam machen, denn die Welt ist unsere Zukunft! Deshalb müsst ihr auf unsere Welt aufpassen“, bringen es die Kinder in ihrem von der Lokalzeitung gedruckten Artikel auf den Punkt.

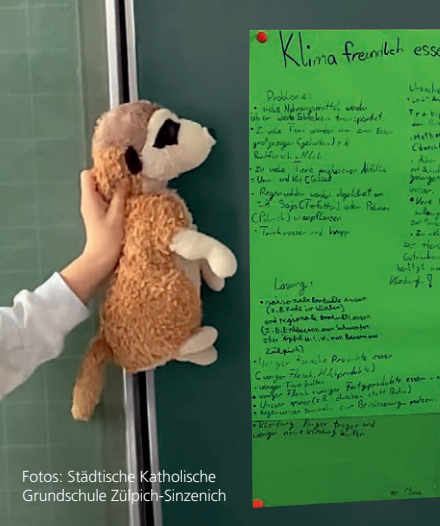


Kontakt:

Freiherr-von-Motzfeld-Schule, Goch
 Homepage: www.fvm-schule.de/
 AOK-Ansprechpartnerin Region Kreis Kleve und Wesel: Silvia Paßens
 E-Mail: silvia.passens@rh.aok.de

Johannesschule, Aldenhoven
 Homepage: johannesschule.net/
 AOK-Ansprechpartnerin Region Kreis Düren und Jülich: Andrea Bongartz
 E-Mail: andrea.bongartz@rh.aok.de

KGS Sinzenich, Zülpich
 Homepage: www.grundschule-sinzenich.de/
 AOK-Ansprechpartnerin Kreis Euskirchen: Berit Lamche Fontoura
 E-Mail: berit.lamchefontoura@rh.aok.de



Fotos: Städtische Katholische Grundschule Zülpich-Sinzenich

Die 4. Klassen der KGS Sinzenich haben ihr Klimaschutzprojekt in einem Padlet hinterlegt.

Auch ein Video, in dem alle Aktionen vorgestellt werden, kann über das Padlet aufgerufen werden.



Probleme, Ursachen – und Lösungen!

„Bevor man etwas besser machen kann, muss man erst einmal herausfinden, was schiefläuft“, so in etwa lässt sich der Ansatz beschreiben, den die Schülerinnen und Schüler der beiden vierten Klassen der **Städtischen Katholischen Grundschule Zülpich-Sinzenich** ihrem Wettbewerbsbeitrag zugrunde gelegt haben. In kleinen Gruppen beschäftigten sie sich mehrere Wochen im Sachunterricht mit Themen rund um Klima, Klimawandel und Klimaschutz. Insbesondere beleuchteten sie die Aspekte klimafreundlich essen und trinken, sich umweltfreundlich fortbewegen, Wasser und Strom sparen, Müll trennen und vermeiden. Zu Beginn stellten sie dabei stets die Fragen: Was ist das Problem? Was sind die Ursachen?

Auf der Suche nach Antworten fanden die Kinder heraus, inwiefern sich alltägliche Verhaltensweisen direkt oder indirekt auf das Klima auswirken. Dazu gehörte beispielsweise die Erkenntnis, dass es für die Umwelt nicht gut ist, zu viel Fleisch zu essen. Denn dann müssen viele Nutztiere wie Kühe gehalten werden, für die Futter angebaut werden muss. Dafür wiederum werden Land und Wasser benötigt. Oft wird auch Dünger verwendet, der schädliche Stoffe in das Grundwasser bringt. Und wenn die Kühe auf der Weide pupsen, ist das nicht bloß eine lustige Vorstellung, sondern ein Prozess, bei dem umweltschädliches Methangas in die Atmosphäre gelangt.

Klimaschutz leicht gemacht

Im nächsten Schritt befassten sich die Viertklässlerinnen und Viertklässler mit der zentralen Frage: Was können wir im Alltag anders machen, was ist besser für das Klima? Dabei kamen für alle Themenschwerpunkte praktische Lösungen für den Alltag zusammen. Neben der Anregung, weniger Fleisch zu essen, wiesen die Kinder beispielsweise darauf hin, dass man regionale Lebensmittel kaufen sollte, die keinen langen Transportweg hinter sich haben – denn zu viel Verkehr schade ebenfalls dem Klima. Um Müll zu vermeiden, sollte man unverpackte Produkte wählen. Und statt viel wegzuerwerfen und neue Sachen zu kaufen, könne man zum Beispiel Kleidung länger tragen oder Spielzeuge untereinander tauschen.

Ihre Vorschläge hielten die Kinder auf Plakaten fest, in einer digitalen Präsentation, einem selbstgedrehten Video, Zeichnungen und Comics. Die Summe ihrer Arbeiten fächert auf, wie vielseitig Klimaschutz ist und was sich im Alltag mit wenig Aufwand umsetzen lässt. „Zusätzlich haben wir mit ihnen darüber gesprochen, welche Initiativen für den Schutz des Klimas aktiv sind und wo auch Kinder mitmachen können“, beschreiben die Klassenlehrerinnen Eva Erlinghagen und Angelika Jung, die das Projekt mit ihren Schülerinnen und Schülern umgesetzt hatten. „Insgesamt waren die Kinder sehr leicht für das Thema zu motivieren. Sie haben sich mit viel Freude eingebracht und setzen ihre Klimaschutzideen nun selbst im Alltag um.“

Medientipps



Mit Grundschulkindern zu Klima- und Gesundheitsschutz arbeiten

Auf unserer Homepage haben wir Ideen, Materialien und Hintergrundinformationen für Lehrkräfte und Mitarbeitende des offenen Ganztags zusammengestellt.



www.gesundmachtschule.de/klimaschutz-ist-auch-gesundheitsschutz



Gesunde Ernährung – gut fürs Klima!

Wer sich mit Klimaschutz befasst, kommt um das Thema Ernährung nicht herum. Denn eine gesunde Ernährung ist meistens auch klimafreundlich. Das Bundeszentrum für Ernährung bietet hierzu weitere Informationen, insbesondere in der Rubrik „Nachhaltiger Konsum“.



www.bzfe.de/nachhaltiger-konsum/grundlagen/nachhaltige-ernaehrung/

mit **KlimAktiv**
Verantwortung übernehmen

2021
register.klimaktiv.de

Ärztekammer Nordrhein
Snezana Marijan
Tersteegenstraße 9
40474 Düsseldorf
Tel.: 0211 4302-2031
Fax: 0211 4302-2019
E-Mail: snezana.marijan@aekno.de

AOK Rheinland/Hamburg –
Die Gesundheitskasse
Dr. med. Anne Neuhausen
Kasernenstr. 61
40213 Düsseldorf
Tel.: 0211 8791-28253
E-Mail: anne.neuhausen@rh.aok.de



Impressum:
Herausgeber: Ärztekammer Nordrhein
und AOK Rheinland/Hamburg
Verantwortlich für den Inhalt:
Snezana Marijan, Dr. med. Anne Neuhausen
Redaktion: Petra Sperling
Layout: Tina Ennen
© Ärztekammer Nordrhein/AOK Rheinland/Hamburg



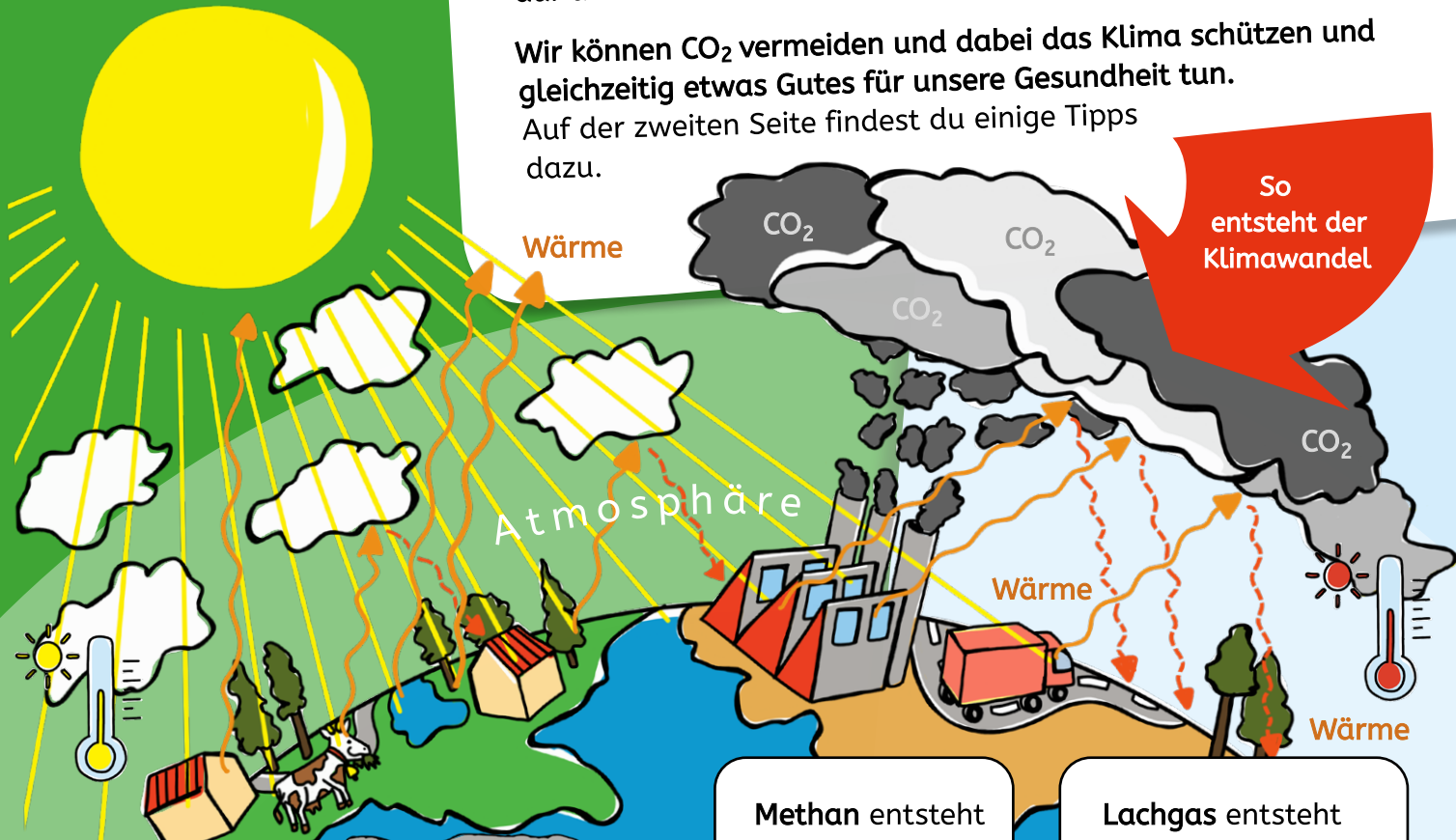
Wir schützen das Klima und unsere Gesundheit

Bei fast allen Dingen, die wir für unser Leben brauchen, wird bei der Herstellung das Gas Kohlendioxid produziert. Das Gas nennt man auch CO_2 . Es gehört zu den Treibhausgasen, wie auch Methan oder Lachgas.

Zu viel Kohlendioxid verursacht den Klimawandel, weil Treibhausgase die Wärme der Sonnenstrahlen in der Atmosphäre der Erde festhalten. Die Sonnenstrahlen werden wieder zurück auf die Erde reflektiert. Dadurch wird es auf der Erde wärmer.

Wir können CO_2 vermeiden und dabei das Klima schützen und gleichzeitig etwas Gutes für unsere Gesundheit tun.

Auf der zweiten Seite findest du einige Tipps dazu.

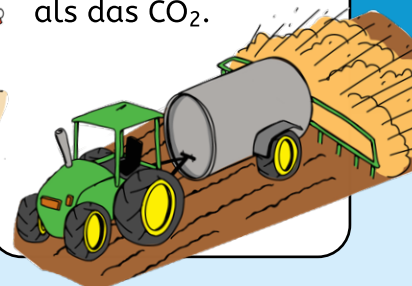


Kohlendioxid entsteht, wenn wir etwas verbrennen. Es entsteht zum Beispiel, wenn wir Öl, Gas oder Kohle nutzen, um Strom und Wärme herzustellen. Auch Autos und Flugzeuge produzieren viel Kohlendioxid, wenn sie zum Beispiel Benzin verbrennen.

Methan entsteht zum Beispiel im Magen von Rindern, wenn sie ihr Futter verdauen. Es kommt viel seltener vor als das Kohlendioxid, aber dafür wirkt es bis zu 25-mal stärker.

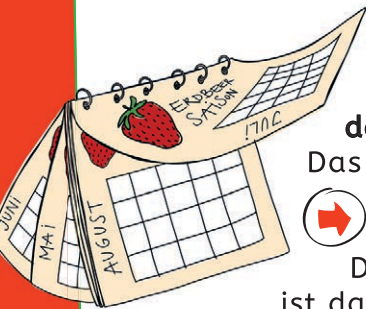


Lachgas entsteht zum Beispiel durch zu starkes Düngen in der Landwirtschaft und durch Tierhaltung. Lachgas ist viel weniger vorhanden als Kohlendioxid, dafür ist es aber fast 300-mal klimaschädlicher als das CO_2 .





Tipps von Prof. Schnurr: So wird weniger CO₂ produziert. Wir schützen das Klima und gleichzeitig können wir etwas Gutes für unsere Gesundheit tun!



Wir kaufen Obst und Gemüse, das gerade Saison hat.

Das heißt, es wird gerade in Deutschland frisch geerntet. Das Obst oder Gemüse ist dann auch richtig lecker und hat viele Vitamine, die unserem Körper guttun.



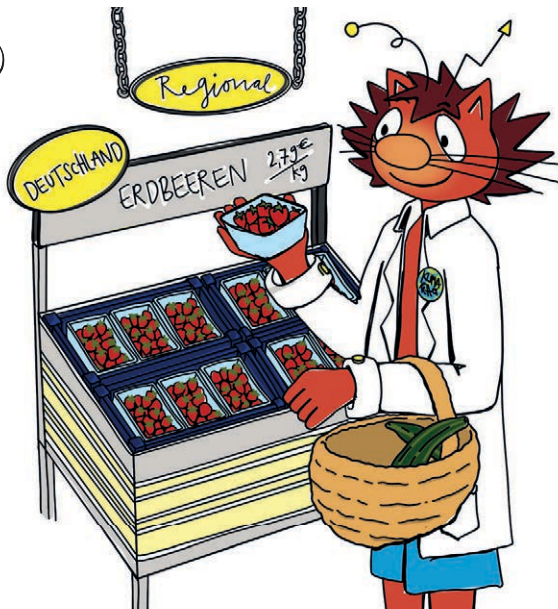
Wir versuchen, wenig Plastikmüll zu produzieren.

Wir nutzen statt Frischhaltefolie eine Butterbrotbox und eine wiederauffüllbare Trinkflasche für unser Wasser.



Wir kaufen Obst und Gemüse, das regional ist.

Das heißt, es kommt aus der Nähe und hatte keinen langen Transportweg aus fernen Ländern.



Ideen für coole Pausenbrote auf www.gesundmachtschule.de



Wir versuchen, weniger Fleisch zu essen.



Tiere brauchen viel Futter, das hergestellt werden muss, und sie pupsen Methangas aus, das wie CO₂ den Klimawandel fördert.



Wir vermeiden es, Lebensmittel wegzuerwerfen.

Ist mir mein Pausenbrot zum Beispiel zu viel oder mag ich es nicht, sage ich es Papa oder Mama, dann können wir die Größe oder die Auswahl ändern.



Nicht immer muss es das Auto sein.

Kurze Wege, wie zum Beispiel zur Schule oder zum Bäcker, können wir zu Fuß, mit dem Roller oder mit dem Fahrrad erledigen.

Das spart CO₂ und die Bewegung hält uns fit.



Es muss nicht alles neu sein.

Wir verkaufen Spielzeug, mit dem wir nicht mehr spielen möchten, auf einem Flohmarkt. Vielleicht könnt ihr so einen Flohmarkt in eurer Schule organisieren.

