



Im Bild zu sehen sind von links nach rechts: Antje Moll, (AOK Rheinland), Stefanie Padberg, (WBK), Matthias Herrmann, stv. Kollegleiter, Marliese Schopen, Leiterin des WBK.

FOTO: WILFRIED GUDDAT

Projekt „Fit durch die Schule“ gefördert

Antje Moll übergab Urkunde an das WBK.

REGION Die Initiative „Fit durch die Schule“ der AOK Rheinland/Hamburg und des Ministeriums für Schule und Bildung ist entstanden aus dem festgestellten Rückgang der Bewegungsfähigkeit von Schülerinnen, Schülern und Lehrkräften und den damit einhergehenden Begleitscheinungen wie mangelnde Konzentrationsfähigkeit, Kopf- und Rückenschmerzen, Depressivität u.a.

Um diesen negativen Begleitscheinungen eines ungesunden Schulalltags entgegenzuwirken, fördert die Initiative „Fit durch die Schule“ schulische Projekte, welche diese Problematik aktiv angehen.

Das von Stefanie Padberg, Lehrerin am WBK und ausgebildete Yogalehrerin, initiierte Yoga-Projekt wurde als förde-

rungswürdig erachtet, weil Yoga, insbesondere Ashtanga Yoga, die gesamte Muskulatur dehnt und kräftigt, den Atem vertieft und damit auf Dauer die Konzentrationsfähigkeit verbessert und Ängste und psychische Störungen mildern und verringern kann. Das Projekt wird über einen Zeitraum von zwei Jahren mit ca. 5000 Euro gefördert. Antje Moll vom Fachbereich Schule der AOK Rheinland war kürzlich zu Gast am Standort Würselen des Weiterbildungskollegs der Städteregion Aachen und überreichte die Urkunde „Gesunde Schule“ der Leiterin des WBK, Marliese Schopen, sowie dem stellvertretenden Kollegleiter Matthias Herrmann und Stefanie Padberg, Lehrkraft am WBK und Yogalehrerin.

(red)