



## Pressemitteilung

# Schulkinder auf Glückssuche

*Beim Gesundheitsprogramm *Gesund macht Schule* haben sich Grundschüler intensiv mit dem Thema „Glück“ beschäftigt. Daraus ist ein Glücksbuch entstanden.*

**Düsseldorf, 6.3.2019 (ÄkNo/AOK).** Rund 1.600 Grundschulkindern im Rheinland haben sich an dem Wettbewerb „Glück – was ist das?!“ der Ärztekammer Nordrhein und der AOK Rheinland/Hamburg im Rahmen des Gesundheitsprogramms *Gesund macht Schule* beteiligt. Aus den Beiträgen ist jetzt ein „Kinder-Glücksbuch“ entstanden – mit Glückstipps, Glücksgeschichten und Anregungen für ein gelingendes Miteinander im Schulalltag. Das Buch und begleitende Unterrichtsmaterialien werden jetzt in den Schulen verteilt und sollen zum Nachahmen anregen. Die Förderung seelischer Gesundheit ist ein wichtiger Schwerpunkt des Präventionsprogramms.

„Über 15 Prozent der Kinder und Jugendlichen in Deutschland zeigen psychische Auffälligkeiten. Über ein Drittel der Schüler leiden oft oder sehr oft unter Stress. Hier wollen wir mit Maßnahmen gegensteuern, die das Entstehen präventiver Reserven fördern“, sagte der Präsident der Ärztekammer Nordrhein, Rudolf Henke, heute (Mittwoch, 6. März 2019) in Düsseldorf. „Aus Studien wissen wir, dass das Wahrnehmen, Erleben und Teilen von Glück langfristig das Selbstvertrauen, die Gesundheit und die innere Stärke von Menschen steigern kann.“ Rolf Buchwitz, stellvertretender Vorsitzender des Vorstandes der AOK Rheinland/Hamburg, ergänzte: „Die am Wettbewerb teilnehmenden Schulen haben das Thema Glück nachhaltig in ihrem Schulalltag verankert. Die Kinder haben gelernt, dass das Glück jedes Einzelnen und das Glück der Gemeinschaft eng miteinander verbunden sind – ein wichtiger Faktor, um den Klassenverbund und den Gemeinsinn zu stärken und Ausgrenzung vorzubeugen.“

„Glück ist eine Haltung, die es ermöglicht Schwierigkeiten des Lebens als Herausforderung zu betrachten“, sagte Dr. med. Raphaela Schöfmann, Fachärztin für Innere Medizin und Allgemeinmedizin in Neuss, die als Patenärztin an der



Neusser Leoschule die Aktivitäten der Schule zum Thema Glück eng begleitet hat. „Es bedarf eines klaren Bewusstseins um die eigenen Stärken und Schwächen und um Werte wie z.B. Dankbarkeit und Achtsamkeit. Ich fand es spannend zu beobachten, wie die Kinder bei der Auseinandersetzung mit ihren eigenen Glücksmomenten schnell verstanden haben, dass es die alltäglichen „kleinen“ Dinge – wie z.B. das gemeinschaftliche Singen – sein können, die uns ein Glücksgefühl bescheren.“

Einer der ersten Preise des Glückswettbewerbs geht an die Katholische Grundschule Arche Noah in Grevenbroich. „Unsere Schule hat sich bewusst für das Thema „Glückssucher“ entschieden, um einen Gegensatz zu dem Leistungsdruck, der vielfach schon in den ersten Jahren auf Kindern lastet, zu schaffen“, berichtete Petra Weisweiler, Schulleiterin der KGS Arche Noah. „Wir wollten den Kindern die Möglichkeit eröffnen, individuelle Erfahrungen mit dem Glück zu machen und das ‚Glück‘ im Alltag zu finden.“

Mit dem Programm *Gesund macht Schule* leisten Ärztekammer Nordrhein und AOK Rheinland/Hamburg seit achtzehn Jahren einen Beitrag zur Gesundheitsförderung und Gesundheitserziehung in der Grundschule. Rund 300 Schulen im Rheinland fügen inzwischen Gesundheitsthemen wie „Menschlicher Körper“, „Bewegung und Entspannung“, „Essen und Ernährung“, „Sexualerziehung“ und „Seelische Gesundheit“ in den täglichen Unterricht ein. Die Ärztekammer vermittelt dazu Ärztinnen und Ärzte als Experten für den Unterricht und für Elternabende. Ärztekammer und AOK stellen Unterrichtsmaterialien und Newsletter zur Verfügung.

Alle Preisträger des Glückswettbewerbs sind auf der Programm-Homepage [www.gesundmachtschule.de/Lehrer/Wettbewerb](http://www.gesundmachtschule.de/Lehrer/Wettbewerb) aufgeführt.

### **Das Kinder-Glücksbuch**

steht auf der Homepage des Programms  
[www.gesundmachtschule.de](http://www.gesundmachtschule.de) → Materialien als Download zur Verfügung.

Bei Rückfragen:

Sabine Schindler-Marlow, Stellv. Leiterin Stabsstelle Kommunikation der Ärztekammer Nordrhein: 0211/4302-2030

Christina Vogt, Pressesprecherin der AOK Rheinland/Hamburg: 0211/8791-1748