

BLEIB FIT!

Gesundheit und Wohlergehen

Wir, Antonia und Amelia aus der 4a, haben das 3. der 17 Nachhaltigkeitsziele – „Gesundheit und Wohlergehen“ – ausgewählt, weil uns die Gesundheit wichtig ist und sehr am Herzen liegt.

Als Erstes haben wir Plakate angefertigt, auf denen einfache Übungen abgebildet sind, die man machen kann, um fit zu bleiben. Außerdem haben wir Motivationssprüche darauf geschrieben. Die Plakate hängen nun auch im Schulhaus. Weil wir uns nicht nur für die physische Gesundheit, sondern auch für ein glückliches Zusammenleben mit unseren Mitmenschen einsetzen, haben wir bei den Kreuzschwestern, einem Altersheim in Hall, gemeinsam mit einer älteren Dame ein Kartenspiel gespielt, um ihr eine Freude zu bereiten.

Damit mehr Menschen von unserem Projekt erfahren, sind wir zur Unteren Lend zur „Jam“ spaziert, um dort jungen Leuten davon zu erzählen, Flyer auszuteilen und ein persönliches „Fragenspiel“ zu spielen. Es war interessant, die Meinungen von Gleichaltrigen zu unserem Projekt zu hören.

Zum Abschluss haben wir noch mit unseren jüngeren Mitschülern und Mitschülerinnen in der großen Pause auf der Pausenfläche ein Bewegungsspiel gespielt. Sie haben uns interessante Fragen zu dem Thema gestellt, die wir mit Freude beantworten konnten. Dies hat uns gezeigt, dass man auch mit Jüngeren großen Spaß haben kann.

Zusammengefasst können wir sagen, dass uns dieses Projekt sehr gefallen hat, da es spannend und abwechslungsreich gewesen ist.

