**Gesundheit-Aktionstag der Erich-Kästner-Schule in Bürstadt**

Von Meditation bis Sicherheit im Verkehr: Die Erich-Kästner-Schule hat den dritten „Yoloday“ veranstaltet. Das bunte Lernangebot umfasste neben Cybermobbing, Organspende...

(Von Christian Hoffmann, BÜZ, 01.10.2022)

Wie greift Bluthochdruck langfristig den menschlichen Organismus an? Wie kommuniziere ich richtig mit meinen Mitmenschen? Wie verhalte ich mich bei einem Busunfall? Mit solchen vielfältigen Fragen aus den unterschiedlichsten Wissensgebieten hat sich der dritte „Yoloday“-Aktionstag der Erich-Kästner-Gesamtschule (EKS) in Bürstadt beschäftigt. Diesmal ging es um das übergeordnete Thema Gesundheit. Die Abkürzung „Yolo“ steht für die englische Redewendung „You only live once“, was übersetzt „Man lebt nur einmal“ bedeutet.

„Es gab wieder ein paar Stolpersteine, wir haben auch einige Krankheitsfälle. Doch wir haben ein tolles Netzwerk, auf das ich stolz bin“, fasste Schulleiterin Stephanie Dekker die vorangegangene Planung zusammen. Außerdem fand ein Spendenlauf im Stadion statt, dessen Erlös die Bildungseinrichtung in die Renovierung des Schulhofs investieren wird. An einem Presserundgang durch das Schulgebäude am Aktionstag nahmen die Erste Kreisbeigeordnete Diana Stolz, die Gesundheitspräventionsbeauftragten Reinhild Zolg und Nadja Niestroj sowie Präventionslehrerin Laura Bernd teil.

Um Alltagsstress abzubauen und innere Ruhe zu erlangen, bietet es sich an, Methoden der Meditation anzuwenden. Welche Möglichkeiten diese Disziplin birgt, vermittelte Lehrerin Julia Franzke den Heranwachsenden auf Liegematten in der abgedunkelten Aula.

In der Schulküche lernten andere Schüler unterdessen, welche Bedeutung dem Lebensmittel Milch in einer ausgewogenen Ernährung zukommt und was für alternative Produkte es neben der Milch gibt bei Laktoseintoleranz oder bei veganer Ernährung. Vor dem Schulgelände stand ein blauer Bus, dort unterrichtete Kraftverkehrsmeister Wolfgang Dürr, wie man geordnet in einen Schulbus einsteigt. „Wir bringen den Kindern bei, was eine Haltestelle ist, wie man einen Fahrplan liest und wie man sich bei einem Verkehrsunfall verhält“, erläuterte Kraftverkehrsmeister Dürr. Darüber hinaus schilderte der Fachmann, wie man mit einem Notfallhammer eine Fensterscheibe einschlägt – allerdings ohne in die Praxis überzugehen.

In einem weiteren Unterrichtsraum machten sich die Mädchen und Jungen bei den Landfrauen Gedanken über das Thema „Vom Korn zum Brot“. Zum Beispiel bezogen auf die aktuellen Lieferengpässe mit ausländischem Weizen vor dem Hintergrund des Ukraine-Konflikts. Für viele Menschen in Osteuropa ein existenzgefährdendes Problem.

Wenn ein Mensch schwer krank ist und absehbar nicht mehr lange zu leben hat, verbringen diese Patienten häufig ihren Lebensabend in einer palliativen Einrichtung. Darüber informierte in der Erich-Kästner-Gesamtschule der Hospizverein im Zusammenhang mit dem Thema Trauerbewältigung. Ferner klärte das Gesundheitsamt über Zahngesundheit auf und die Netzhelden führten das drängende Problem Cybermobbing vor Augen. Und die Universität Heidelberg diskutierte mit den Jugendlichen, wie eine Organspende verläuft. Beim jüngsten Yoloday-Aktionstag der EKS, die 950 Schülerinnen und Schüler zählt, vermittelten zudem die Polizei, die Barmer-Krankenkasse, die Prisma Suchthilfe und Prävention und das Demokratiezentrum ihr Wissen.

Im Kreis Bergstraße nehmen mittlerweile über 20 Schulen am „Yoloday“ teil.