



Gemeinsamer Gesundheitstag für Lernende

Das Wort Gesundheit gewinnt in unserer Gesellschaft immer mehr an Bedeutung! Sport, Fitness, Ernährung und Wohlbefinden gehören heute zum Lifestyle. Was haben diese Aspekte mit Bildung und Erziehung zu tun? Sehr viel, so meinen verantwortliche Bildungsexperten: Bildung und Gesundheit gehen Hand in Hand. Viele empirische Studien zeigen, dass die Bildungs- und Erziehungsqualität gesteigert wird, wenn Schülerinnen und Schüler schon als junge Menschen lernen, auf ihre eigene Gesundheit und Fitness zu achten und schon früh wissen, wie diese zu stärken sind. Ermutigt durch das Landesprogramm Bildung und Gesundheit der Landesregierung NRW organisiert die AG Gesunde Schule unter der Leitung von Kathrin Jacobs seit 2015 alle zwei Jahre Gesundheitstage für Lernende als gemeinsame Großveranstaltung für ca. 1200 Schülerinnen und Schüler vor Ort. Das Hansa-Berufskolleg setzt damit ein eindeutiges Zeichen für eine neue Bildungsperspektive hin zur „guten gesunden Schule“.¹

Gemäß unserer Leitidee „Leben“ möchten wir mit dem Gesundheitstag das physische und psychische Wohlbefinden unserer Lernenden stärken. Dafür kooperieren wir mit ca. 25 Kooperationspartnerinnen und -partnern aus der Fitness-, Gesundheits- und Präventionsbranche der Stadt Münster.² Die Angebotsvielfalt des Tages erstreckt sich beispielhaft über folgende Themen: die richtige Zahnpflege, Ergonomie am Arbeitsplatz, gesunde Haut, vitaminreiche Ernährung, Körperbewusstsein, Yoga, mentale Leistungsfähigkeit, Sexualität, Beauty, Verkehrssicherheit, Selbstverteidigung, Essstörungen, Energy Drinks. Erfahrungsgemäß engagieren sich die Partnerinnen und Partner sehr und auch einige Klassen unterstützen den Gesundheitstag durch eigene

¹ <http://www.bug-nrw.de/schule/schulklima/weiter-beitraege/psychische-gesundheit-/die.gute-gesunde-schule-die-bildungsperspektive.html>

² Projektpartner und -partnerinnen sind u. a.: AOK NordWest, Münster; Barmer GEK, Münster; DAK-Gesundheit, Münster; Drogenhilfe Münster; Fachhochschule Münster, IKK Classic, Münster; KKH Kaufmännische Krankenkasse, Münster; Laurenz Sports, Coesfeld; LVM Versicherungen, Münster; Polizei NRW, pro familia Beratungsstelle Münster, Schulpsychologische Beratung Stadt Münster; Sports Place GmbH Münster; Stefan Morsch Stiftung. Techniker Krankenkasse, Münster, Universitätsklinikum Münster; Wilke Hörakustik, Münster.

Angebote, wie z. B. Peeling für die Hände, Mikroplastik vermeiden, Tischtennis und Zubereitung von Vollkornwaffeln und Smoothies.

Am 1. Oktober 2025 findet bereits der 5. Gesundheitstag für unsere Lernenden statt! Wir freuen uns auf ein abwechslungsreiches und interessantes Angebot mit den Zielen, Neues auszuprobieren, aktiv in den Austausch mit Schüler:innen aus verschiedenen Bildungsgängen zu gehen, positive Eindrücke und Erfahrungen zu sammeln und bei Bedarf in das eigene Leben zu integrieren.

Kontakt: kathrin.jacobs@hansa.ms.de