5. Gesundheitstag am 01.10.2025

Hansa Health & Happiness

Am Mittwoch, 01.10.2025, fand der bereits 5. Gesundheitstag für alle anwesenden Lernende unter dem Motto „Hansa Health & Happiness“ bei herrlichem Sonnenschein statt. Im Rahmen des Landesprogramms Bildung und Gesundheit der Landesregierung NRW wurde mit diesem schulweiten und bildungsgangübergreifenden Tag ein Zeichen für den Bildungsprozess „Gute Gesunde Schule“ gesetzt.

Initiiert und organisiert wurde der Tag von den neun Mitgliedern der Arbeitsgemeinschaft „Gesunde Schule“.[1] Das vielfältige Programm umfasste neben verschiedenen Präventions- und Informationsangeboten auch Fitness- und Entspannungsworkshops, die von vielen Klassen, Kollegen und Kolleginnen und 25 externen Kooperationspartnerinnen und -partnern für die ca. 1200 anwesenden Schüler:innen vorbereitet und durchgeführt wurden. Ziel des bewegungsfreundlichen und gesundheitsförderlichen Tages war es, Neues auszuprobieren, mitzumachen, aktiv in den Austausch zu gehen und bestenfalls einen Teil der Erfahrungen und die positiven Eindrücke in das eigene Leben zu integrieren. Herzlichen Dank geht an folgende Kooperationspartner:innen:

KCM e. V., Our GenerationZ, SEHT Münster e. V., Polizei Münster, EOHMEGA Personal Coaching, Stadt Münster Drogenhilfe, Könige und Grafen SportWerk Ochtrup, Verkehrswacht Münster, Frauen helfen Frauen e. V., Ein Dollar Brille e. V., Dominique Krause und Ingolf Bodemann

Bei den ca. 30 Angeboten ging es unter anderem um Selbstverteidigung, Aufklärung, Inklusion, Verkehrssicherheit, Reanimation, Proteinen in verschiedenen Formaten, Meditation, Social Media, Stressbewältigung, Bücherflohmarkt, Fashion mit Herz, Yoga, Knochenmarkspendeaktion, Hip-Hop, Gelassenheit, Leistungsdruck sowie Beauty und Wohlbefinden. Auch für das leibliche Wohl war mit gesunden Waffeln, Muffins und zuckerfreiem Kuchen sowie mit Wraps in verschiedenen Geschmacksrichtungen bestens gesorgt. Der Erlös des Verkaufs kommt als Spende dem Johannes-Hospiz und Pan Y Arte zugute.

Die Schüler:innen zeigten großes Interesse und viel Motivation bei der Wahrnehmung der zahlreichen Aktionen. Beendet wurde der Gesundheitstag mit einer gemeinsamen

[1] Martina Bücker, Barbara Engelhaupt, Kathrin Jacobs, Marius Kattenbeck, Peter, Koop, Gudrun Meyer, Jessica Röthel und Susanne Winkelhaus

musikalischen Abschlussaktion unter der Leitung von Marten Beckmann. So konnten die Schüler:innen ihr Können in einem dreistimmigen Chor unter Beweis stellen und den Song präsentieren, den Sie zuvor in dem Workshop „Impro-Chor“ erlernt hatten. Mit viel Freude und in bester Stimmung ging der Tag zu Ende. Die externen Veranstalter:innen haben ein sehr positives Feedback gegeben. Die Umfrageergebnisse der Schüler:innen zeigte ebenfalls mit über 80 % eine positive Bewertung der Organisation und der Vielfalt der Angebote.

Die AG Gesunde Schule freut sich bereits heute mit neuen Ideen und Impulsen auf den 6. Gesundheitstag in zwei Jahren.