

Bericht aus dem DRK-Jugendzentrum Wenden

## „GUT DRAUF“...

Große Freude im Jugendzentrum Wenden und bei den Seniorinnen des Seniorenkreises Wenden, die wieder einmal im Jugendzentrum zu Gast waren. Für den 20. November hatte man sich verabredet, um sich wie auch schon im letzten Jahr gemeinsam auf die Weihnachtszeit einzustimmen.

**GUT DRAUF**  
bewegen  
essen  
entspannen

Für das Jugendzentrum war dieser Montag ein besonderer Tag. Seitens der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung wurde am Vormittag überprüft, ob das JUZE wiederum das Zertifikat im Rahmen des „GUT DRAUF“-Programms der Bundeszentrale verliehen bekommt. Die Leiterin Silke Schlegel und ihr Team waren happy, dass die Zertifizierung nun zum zweiten Male ausgesprochen wurde.

Ziel dieses Programms ist es, die Gesundheit von Mädchen und Jungen im Alter zwischen 12 und 18 Jahren zu verbessern. „GUT

DRAUF“ und das Parallelprogramm „TUTMIRGUT“, das für Kinder zwischen 5 und 11 Jahren gedacht ist, bedeuten, dass es im „Juze“ vielfältige Angebote zu gesunder Ernährung, ausreichender Bewegung und Stressregulation gibt.

Seit das JUZE am neuen Standort existiert wurden viele Projekte im Rahmen des „GUT DRAUF“-Programms umgesetzt - Hochbeete angelegt und bepflanzt, Apfelbäume gepflanzt. Gemüse und Obst werden geerntet und regelmäßig in der „kreativen Küche“ verarbeitet.

Darüber hinaus gehören zahlreiche Bewegungsspiele – vom Tischkicker über Jonglage und Tanzen bis hin zu Turmatten, auf denen sich die Mädchen und Jungen austoben können – zum Konzept des Jugendzentrums.

Für die Seniorinnen des Seniorenkreises Wenden war dieser Montag ebenfalls ein besonderer Tag. Der Besuch im Jugendzentrum ist zu einer von beiden Seiten gelebten Tradition geworden. Die älteren Herrschaften freuen sich auf den Besuch und die Begegnung mit den Kindern und Jugendlichen.

An diesem Tag profitierten die Senioren von der gesunden und kreativen Küche des GUT DRAUF - Programms. Fleißig hatten die Kinder Äpfel geschält, gekocht und püriert, gesunden Kräuterquark sowie „gesunden“ als auch süßen Waffelteig hergestellt. Nett wurde Alt von Jung bewirtet. Alle waren von den gebotenen Köstlichkeiten begeistert - auch der dazu gereichte Früchtepunsch war lecker. Im Anschluss konnte jeder noch ein vorbereitetes Bastelangebot annehmen - es konnten Weihnachtssterne gestaltet werden.



Jeder aus dem Seniorenkreis empfand es so, dass der kurzweilige Nachmittag viel zu schnell zu Ende ging.

Hartmut Kroll  
Bezirksbürgermeister

