Rheinische Post 22. Oktober 2015

Garath

Mit Musik gegen Ess-Störungen von Simona Meier

Garath. Das musikalische Präventionsprojekt "Bleib gesund Mia" startete gestern in zwei Garather Kitas.

Moderatorin Marina Müller-Klösel stellt den Kindern die Maus Mia vor. Die drollige Maus - hier als Handpuppe - erlebt zahlreiche Abenteuer auf einer musikalischen Reise.

Olaf Staschik.

Ein Lied von Fanny Fliege ertönt und auch Florian Floh zeigt, wie es ihm geht. Wenn die kleine Maus Mia auf eine musikalische Reise geht, gibt es viel zu erleben. Herr Gurkenschale ist auf der Suche nach gesundem Essen. Maus Mia muss sich mal eben in der Hängematte erholen. Für die Kinder des Städtischen Familienzentrums Stettiner Straße 32 und die Kita Stralsunder Straße 28 war es der musikalische Auftakt zu einem neuen Präventionsprojekt, das Liedermacher Rolf Zuckowski fördert.

Ein Jahr lang soll es in den beiden Einrichtungen laufen. "Mit der drolligen Maus lernen Kinder früh, ihren eigenen Gesundheitsschatz zu entdecken", stellt er fest. "Bleib gesund Mia" beschäftigt sich auf spielerische Weise mit dem Thema "Gesund sein" und im Besonderen mit Ess-Störungen. Zielgruppe sind Kinder ab fünf Jahren. Eingebunden werden deren Familien und die pädagogischen Fachkräfte in den Kitas. Es gibt Workshops und einen offenen Singkreis für Eltern. "Kinder sollen die Freude an einer gesundheitsbewussten Lebensweise so früh wie möglich entdecken, um sich langfristig in ihrem eigenen Körper wohlzufühlen", sagt Stephanie Lahusen von der Werkstatt Lebenshunger. Gestern Nachmittag gab es die Auftaktveranstaltung in der Garather Freizeitstätte. Gestartet wurde die Veranstaltung mit einem großen Buffet, an dem sich alle bedienen durften.

Die Werkstatt Lebenshunger ist ein Verein, der sich dafür einsetzt, Ess-Störungen kreativ vorzubeugen und zu überwinden. Schirmherrin Vera Geisel: "Man weiß heute, dass diese Krankheiten eine frühe Vorgeschichte haben. Es ist wichtig, schon junge Kinder zu sensibilisieren, dass sie einen guten Ansatz zu ihrem Körper finden." Der Zugang über die Musik und die Reise einer kleinen Maus verbinden Gesang, Spiel und genussvolles Essen mit wichtigen Informationen. "Die Musik steht im

Mittelpunkt des Projekts, das später auch in ganz Düsseldorf in Kindergärten laufen kann", sagt Initiatorin Stephanie Lahusen. Fetzige Lieder werden kombiniert mit Spielen und Übungen, die im Kindergartenalltag eingesetzt werden können. Weil der Anteil an Kindern mit Gesundheitsproblemen wie Übergewicht, Lernstörungen oder psychischen Problemen steigt, wollen die Initiatoren des neuen Projekts mit den Kindergartenkindern auf Schatzsuche gehen. Dazu gibt es Früchte, die als Rasseln und Instrumente dienen und zum Mitmachen animieren. Fast 100 Kinder der beiden Kitas können mit Mia Mauseschwanz etwas über die Themen Ernährung, Bewegung, Gefühle und Lebensfreude kennenlernen. Unterstützt wird das Projekt in der Pilotphase von Rolf Zuckowski und seiner Stiftung "Kinder brauchen Musik" mit 3900 Euro und von der Merck-Finck-Stiftung mit 2000 Euro.