

Wir halten zusammen



Impressum:

Herausgeber:

Hauptverband der österreichischen Sozialversicherungsträger

Für den Inhalt verantwortlich:

OÖGKK, Gesundheitsförderung und Prävention

Text: Dr. Michaela Herzog

Illustrationen: Helga Bansch

Satz & Litho: Typeshop, Linz

Druck: BTS, Treffling

Dieses Buch gehört:

Caroline blickt aus dem Fenster. „Juhu, es regnet“, ruft sie fröhlich, „dann kann ich sie endlich anziehen.“ Sie holt die neuen Gummistiefel aus dem Schrank, schlüpft hinein und läuft in die Küche. „Igit, typisch Mädchen, Stiefel mit Blümchen“, lästern ihre Zwillingbrüder und löffeln grinsend das Müsli. Caroline streckt den beiden die Zunge heraus. „Aufhören, ihr drei“, ruft Mama dazwischen. Bevor Caroline den Zwillingen noch die „lange Nase“ zeigen kann, meint Papa: „Wenn du magst, begleite ich dich heute ein Stück auf deinem Schulweg.“ Der Regen ist kein Grund, Caroline mit dem Auto in die Schule zu fahren. „Es gibt kein schlechtes Wetter, sondern nur schlechte Kleidung“, sagt Papa und schlüpft in seine wasserfeste Regenjacke.







Auf der Straße ziehen die beiden ihre Kapuzen tief ins Gesicht. Caroline läuft voller Begeisterung durch jede Pfütze. Wozu hat sie denn sonst wasserdichte Schuhe an? „Hallo, Caro!“ Freund Paul winkt ihr von der nächsten Straßenecke zu. „So ein scheußliches Wetter“, sagt er und verzieht sein Gesicht. Er mag Sonnenschein viel lieber. Doch wo bleibt Anna heute wieder? Es ist schon kurz vor acht. Da kommt sie um die Ecke gesaust, schnappt Caroline bei der Hand und zieht sie mit sich: „Los, wir müssen laufen, sonst kommen wir zu spät in die Schule.“ Caroline winkt noch schnell ihrem Papa und ab gehts zur Schule.



„Endlich große Pause!“ Die Kinder springen von ihren Sesseln auf, einige laufen auf den Gang hinaus, andere holen sich die Schulumilch oder den Schulkakao und setzen sich zu ihren Freunden.



Was die Kinder da alles auspacken! Pünktlich jeden Tag um diese Zeit knurrt der Magen von Clemens so laut, dass alle lachen müssen. „Mama sagt, ich trödle in der Früh so lange herum, dass mir keine Zeit zum Frühstück bleibt.“ Voll Hunger beißt er in ein dickes Jausenbrot. „Schafkäse und Tomaten mag ich besonders gern“, sagt Michael mit Blick auf Ömers Pausenjause. „Magst kosten?“ Ömer bricht ein Stück von seinem gefüllten Fladenbrot ab. Dafür bekommt er die Hälfte von Michaels Banane. „Ich esse am liebsten daheim im Bett“, kichert Leonie. Und die vielen Brotbrösel? Die stören sie beim Lesen gar nicht.





In jeder Familie gibt es unterschiedliche Essgewohnheiten. Manche essen im Stehen und nehmen sich nur selten Zeit für eine gemeinsame Mahlzeit am Familientisch. „Meine Mama erlaubt mir nicht, dass ich beim Fernsehen oder Computerspielen esse“, sagt Felix.



„Bei uns daheim hat Papa die Regel eingeführt:
Kein Handy liegt in der Küche. Und niemand läuft
zu seinem Handy, wenn es während des Essens im
Wohnzimmer läutet und wenn wir nicht vergessen,
stellen wir es sogar auf lautlos“, erklärt Lotti.

„Meine Eltern kochen häufig viele verschiedene Speisen, deshalb kommen Verwandte und Freunde gerne zu uns zum Essen“, erzählt Gül, „oder wir grillen im Freien.“



Caroline will jedes Mal beim Abendessen auf ihrem gewohnten Platz sitzen. „Runter mit euch von der Bank“, ruft sie, wenn sich ihre Zwillingbrüder wieder einmal nicht daran halten wollen.





Anna muss während der Woche alleine frühstücken, da ihre Mutter bereits zur Arbeit gegangen ist. Gesellschaft leistet ihr Hamster Fips. Wegen ihm kommt sie häufig zu spät zum morgendlichen Treffpunkt



mit ihren Freunden Caroline und Paul.
Denn Fips klettert so gerne unter den Küchenschrank.
Anna hat dann alle Mühe, ihn einzufangen und in den Käfig
zu bringen.



Caroline öffnet ihre Jausenbox: „Cool, Spiderman-Spießchen!“ Alle blicken neugierig auf. Caros Papa hat kleine Stücke Vollkornbrot mit Frischkäse bestrichen und zusammen mit Gurken-, Tomatenscheiben und orange-farbenen Paprikastückchen aufgespießt. Und einige Nüsse dazugelegt. „Bitte Futter für mein Gehirn kaufen!“, schreibt Caroline immer wieder auf Mamas Einkaufszettel. Nüsse versorgen den Kopf und den Körper mit wichtiger Energie. Und die brauchen Kinder zum In-der-Schule-Sitzen und Lernen, zum Fangenspielen im Schulhof, zum Radfahren und Schaukeln im Park.





Und zum Ärgern. Gerade ist Michael an Gül vorbei-
gegangen, hat sie an ihrem Zopf gerissen, sich dabei
die Nase zugehalten und gerufen: „Gül stinkt, Gül stinkt!“
Einige Kinder lachen. Gül wehrt sich nicht, aber sie
hat Tränen in den Augen. Caroline wird im Gesicht ganz
rot vor Wut. Es ist nicht das erste Mal, dass Michael
seine Schulkollegin ärgert. Einmal nahm er Gül
die Federschachtel weg.



Ein anderes Mal versteckte er einen ihrer Schuhe.
Und leerte den Inhalt ihrer Schultasche auf den Boden.
Mehrere Male stellte er ihr im Schulhof schon das Bein.
„Der Michael ist cool, der traut sich was“, finden manche
Kinder aus der Klasse. Die meisten drehen sich weg.
Niemand aus der Klasse verteidigte Gül.
Nur Caroline half ihr, die verstreuten Hefte, Mappen
und Stifte wieder in ihre Schultasche zu räumen.





Caroline kann Michael eigentlich gar nicht leiden. Niemand kann in einer Klasse alle mögen. Mit manchen Schulkolleginnen und Schulkollegen kann man weniger anfangen und mit einigen will man befreundet sein. Doch das ist kein Grund, ein Mädchen oder einen Buben schlecht zu machen. Das tut einem Kind und sogar einem Erwachsenen sehr weh, es kann ängstlich und unglücklich machen. Manche werden sogar krank. Aber was dagegen tun? Der Lehrerin sagen? Mit Mama und Papa reden? „Kommt her, ich habe eine super Idee!“, verkündet Felix. Flüsternd erklärt er den Freundinnen und Freunden seinen Plan. „Das machen wir!“ Alle klatschen vor Begeisterung.





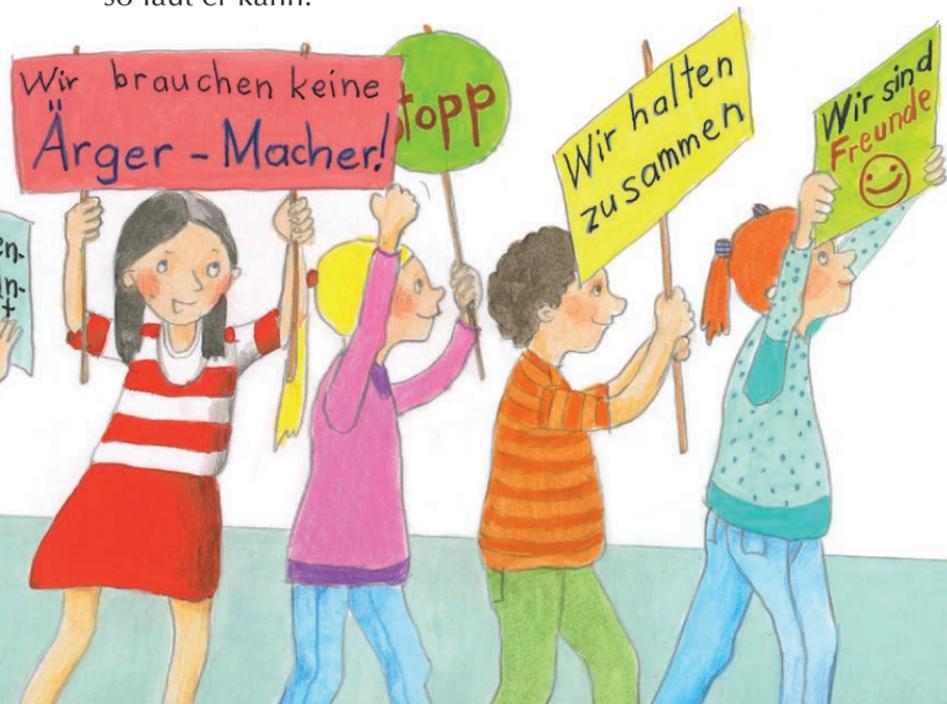


„Wir brauchen eure Hilfe“, rufen Caroline, Felix und die anderen, als sie am frühen Nachmittag in den Hort stürmen. Obwohl die beiden Erzieherinnen neugierig sind, was die Viertklassler vorhaben, sind zuerst die Hausaufgaben zu erledigen. Na klar! Alle beeilen sich, damit genügend Zeit bleibt, um für morgen alles vorzubereiten. Aus der Bastecke holen Felix und Caroline mehrere Kartons, dünne Holzstäbe, Kleber und dicke Stifte. Es wird geschnitten, geschrieben und geklebt. Die beiden Erzieherinnen helfen den Kindern dabei.

Am nächsten Tag in der Früh, als die meisten schon auf ihren Plätzen sitzen, betreten Caroline und Ömer, Anna, Paul und Gül, Lotti, Leonie und Felix im Gänsemarsch das Klassenzimmer. Jeder von ihnen hält an einer Stange ein großes Schild in die Höhe. „Freunde helfen sich gegenseitig!“ „Niemand darf verspottet werden!“



„Wir brauchen keine Ärger-Macher!“ „Wir halten zusammen!“
Das alles ist darauf zu lesen. Gül hat auf ihr Plakat die Köpfe aller Mitschüler und Mitschülerinnen gezeichnet. Auch Michael ist darauf zu sehen. Felix zieht seine Mundharmonika aus der Hosentasche und spielt darauf, so laut er kann.





„Was ist denn da heute los?“ Die Lehrerin hat das Klassenzimmer betreten. Erstaunt liest sie die Sätze auf den Schildern. Und beginnt zu lächeln.

„Was für eine tolle Idee!“ Sie bittet die Schülerinnen und Schüler, ihre Schilder seitlich an die Wände des Klassenzimmers zu lehnen. Dort sollen sie stehen bleiben. Zur Erinnerung für alle, vor allem für Michael.

Was brauchen Kinder, um sich miteinander wohlfühlen?
Einen freundlichen Umgangston, gegenseitige Hilfe,
Menschen, die ihnen zuhören und ihre Meinung ernst nehmen.



Die Lehrerin faltet einen riesigen Bogen Papier auseinander. Darauf ist ein Boot gezeichnet. Mit Magnetknöpfen befestigt sie es an der Tafel und dann bittet sie Michael, bunte Karten auszuteilen. „Was können wir tun, damit das Klassenklima für alle passt?“, fragt die Klassenlehrerin die Kinder. Wer eine Idee hat, soll sie auf eine Karte schreiben und diese in das Boot kleben. „Schaut mal, es ist voller guter Einfälle und geht dabei nicht unter“, sagt die Lehrerin am Ende der Stunde. Das Lachen der Kinder wird vom Schulgong unterbrochen.





„Wer ist zuerst im Schulgarten?“, feuert Caroline die anderen an. Das lassen sich die Freunde nicht zweimal sagen. „Heute spielen wir in der Pause ‚Versteinern‘.“ „Nein, Fangen!“ „Lieber ‚Der Hase läuft über das Feld!‘“, rufen sie in der Garderobe durcheinander.



Schnell angezogen, die Jausenbox unter den Arm geklemmt und hinaus ins Freie! Die Sonne scheint wieder.



In der Serie noch erschienen:



Empfohlen für:
Die 1. und 2. Klasse Volksschule

Empfohlen für:
Die 3. und 4. Klasse Volksschule



Entwickelt von der

OÖGKK
FORUM GESUNDHEIT

Erhältlich bei der
WGKK Service Stelle Schule
Mail: schule@wgkk.at

Wir fördern Gesundheit!

Im Auftrag des



Hauptverband der
österreichischen
Sozialversicherungsträger



SERVICE STELLE SCHULE