

## MELDUNGEN &amp; NOTIZEN AUS MÜNSTER

## PRÄVENTIONSVERANSTALTUNG

## Gegen die Sucht

## Mitmach-Parcours war ein voller Erfolg

Verbote und Strafen alleine reichen nicht, um junge Menschen vor der Sucht zu bewahren. Vielmehr sollen Gespräche und Aufklärung helfen, um auf die Folgen von Alkohol und Nikotin aufmerksam zu machen. 300 Jugendlichen der Uppenbergschule, der Waldschule Kinderhaus, der Hauptschule Coerde sowie des Schillergymnasiums wurden die Folgen vergangene Woche bei einem Mitmach-Parcours „Klarsicht“ vor Augen geführt. Den hatte die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung mit sieben Stationen in der Turnhalle der Uppenbergschule aufgebaut.

So wurden die Schüler an einer Stelle zu Fachleuten in einer fiktiven Talkshow. Ein Junge oder ein Mädchen steckte durch Rauchen oder Alkohol in der Bredouille. Die „Experten“ mussten nun nach geeigneten Lösungen suchen.

Welche Auswirkungen ein Rausch auf die Wahrnehmung hat, konnte man

mit dem „Drunk-Buster“, einer klobigen Brille testen. Die Sicht verschwamm und machte einen simplen Hindernis-Parcours zur großen Herausforderung. Die Rauschbrille setzte auch die Grünen-Bundestagsabgeordnete Maria Klein-Schmeink auf, die gemeinsam mit Prof. Elisabeth Pott, Direktorin der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, und Bürgermeisterin Karin Reismann die Präventionsmaßnahme in der Uppenbergschule besuchte. Bei vielen Familien, so Karin Reismann, gehören Alkohol und Zigaretten zum Tagesgeschehen. Die Kinder kennen es meist nicht anders. Reismann sieht hier vor allem das Umfeld gefordert. Wer als Kind mit Alkohol in Kontakt komme, der brauche starke Mitmenschen. Die Aktion in der Uppenbergschule würde junge Menschen zum Nachdenken bringen. Denn sie hinterfrage den Griff zur Flasche oder zum Glimmstengel.

## PARKZEIT

## Wagenschieben für die Wunschfigur

## Fitness-Training mit Baby und Buggy

Viele Mütter wollen nach der Schwangerschaft Sport treiben und dabei überflüssige (Baby-)Pfundchen verlieren. Fitnesskurse, die sich ausdrücklich an Mütter wenden, sind allerdings schwer zu finden. Sie berücksichtigen zudem oft nicht ausreichend die Auswirkungen der Geburt auf den Körper und die Anforderungen und Belastungen des Baby-Alltages, oder aber es fehlt schlicht und einfach ein Babysitter.

Das ParkZeit-Konzept schafft hier Abhilfe und bietet ein innovatives Fitness-Training für Frauen mit Baby in freier Natur an, damit Mama ihre Wunschfigur schnell und einfach wieder erlangen kann und sich gesund, fit und attraktiv fühlt.

Das Baby wird dabei einfach im Kinderwagen zum Training mitgenommen. So bekommt Baby an der frischen Luft ein eigenes „Unterhaltungsprogramm“, die

Sinnesreize werden stimuliert und die Bindung zur Mutter gefestigt, während bei der sportlichen Mama die (Baby-)Pfundchen purzeln. Und das alles in der Nähe und vor allem in freier Natur.

ParkZeit-Kurse werden ganzjährig in Münster am Aasee und auf der Promenade angeboten. Kurskarten werden ab ca. sieben Euro pro Stunde bzw. ca. 23 Euro im Monat angeboten. Also, ran die Buggys.



Mami wird fit, und Baby hat Spaß.

Foto PD

Weitere Infos und Trainingsorte: [www.parkzeit.com](http://www.parkzeit.com)

## TIERGESTÜTZTE PÄDAGOGIK

## Türen auf für die Maus bei den Memiphs

## Draußenreitschule hat in den Herbstferien noch Plätze frei

Der „Maus-Türöffner-Tag“ des WDR lockt am 3. Oktober in viele Betriebe. So auch zu den „Memiphs – Menschen mit Pferden helfen“, der Draußenreitschule in Westbevern-Vadруп. Bedingt durch den großen Andrang wird es einen Zusatztermin für die Lach- & Sachtour geben: Maus-Fans aus dem Münsterland können sich noch für Restplätze am 6. Oktober telefonisch anmelden.

Die Natur mit Tieren erleben und das Landleben genießen: Die Draußenreitschule ist auch im Alltag ein Ort, um Spaß und Lernen, pädagogische Ziele und Entwicklungsförderung miteinander zu verknüpfen – und dabei reiten oder kutschieren zu lernen. Die Pädagogin Wiebke Borchering bietet mit ihrem Team (den Pferden Mahlo, Billy und Rasputin sowie den Katzen Pepe und Pino) einen Raum, in dem Jung und Alt Gelegenheit finden, nach individuellen Wünschen einzeln oder in Klein-

gruppen ein breites Spektrum an Möglichkeiten wahrzunehmen. Ob Reit- und Kutschfahrunterricht ab dem Kleinkindalter, Förderung bei speziellen Bedürfnissen (wie ADHS, Autismus oder Down-Syndrom) motopädagogische Förderung der Wahrnehmung und Bewegung oder auch Sinnesschulung für die Kleinsten ab fünf Monaten: Tiere nehmen die Menschen so, wie sie sind. „Die Memiphs“ auch. Man kann für sich selbst oder die Kinder Schnupperstunden vereinbaren oder spontane Familienausflüge zum Reiten oder Kutsche fahren anmelden.



Die Tiere helfen den Menschen.

Foto PD

Aktuell gibt es auch noch freie Plätze für das Herbstferien-Programm.

[www.die-memiphs.de](http://www.die-memiphs.de)  
[www.die-maus.de](http://www.die-maus.de)

„Die Memiphs“, Draußenreitschule und tiergestützte Pädagogik, Wiebke Borchering, Tel. 0178/2943253, 48291 Telgte Vadруп.

Ihr Kontakt zum **Moritz?**

Ihre Ansprechpartnerin für **gewerbliche Anzeigen:**

**Anja Bruns**

Telefon 0251 - 592 67 54  
Email [moritz@mdhl.de](mailto:moritz@mdhl.de)

Ihre Ansprechpartnerin für **Veranstaltungstermine, Flohmärkte, Kulturtipps & den Kursteil:**

**Susanne Yahfoufi**

Telefon 0251 - 592 67 56  
Email [moritz@mdhl.de](mailto:moritz@mdhl.de)

**WUMMEL  
KISTE**

**DIE SPIEL- UND BASTELKISTE  
FÜR KINDER VON 3-7**

Verbringe mehr kreative  
Zeit mit Kindern!

- Jeden Monat neue Ideen
- Von Experten entwickelt
- Keine Vorbereitung notwendig

**5€**

RABATT

MORITZ

Jetzt entdecken!  
Ab 19,95€

JETZT INFORMIEREN UNTER  
[www.wummelkiste.de](http://www.wummelkiste.de)



©ULTIMO BIS 31.12.2012