

Wer Kinder gesund aufwachsen lassen will, muss primär bei den für sie verantwortlichen Erwachsenen ansetzen. Dieses Prinzip liegt dem Salzburger Bewegungs- und Ernährungsprojekt „SALTO“ (SALZburg Together Against Obesity/ Salzburg gemeinsam gegen Übergewicht) zugrunde und darin liege auch die Stärke des in dieser Form einzigartigen Programms, sagt die Salzburger Sportwissenschaftlerin Susanne Ring-Dimitriou, SALTO Projektleiterin. „Jetzt, ein Jahr nach dem Start von SALTO, sehen wir unseren Ansatz bestätigt. Die externe Evaluierung ist positiv ausgefallen. Dadurch dass wir die Pädagogen und Eltern mit Rat und Tat und alltagstauglichen Übungsbeispielen unterstützen, ihnen aber gleichzeitig auch viel Spielraum für Eigeninitiativen lassen, sind sie sehr motiviert und begeistern die Kinder für das Gesundheitsprogramm.“

300 Mädchen und Buben zwischen vier und sechs Jahren aus zehn Kindergärten in Stadt und Land Salzburg nehmen aktiv am dreijährigen SALTO Programm teil. Die Kernziele sind weniger sitzen, Förderung motorischer Fertigkeiten (laufen, werfen, fangen, klettern etc.), mehr Obst und Gemüse, reines Wasser statt süßer Fruchtsäfte als Durstlöcher trinken.

Die erste Datenauswertung der teilnehmenden Kinder hat ergeben, dass mehr Buben als Mädchen übergewichtig sind. Während bei den untersuchten Mädchen 17 Prozent über dem altersstandardisierten Normgewicht lagen, waren es bei den Buben 19 Prozent, also fast jeder fünfte, was dem Trend entspricht. Eines der überraschendsten Ergebnisse der Testung war für die Forscher, dass schon im Kindergartenalter bei den motorischen Fertigkeiten signifikante geschlechtsspezifische Unterschiede zu sehen sind. Mädchen zeigen zum Beispiel bei Ballfertigkeiten („Objektkontrolle“, zum Beispiel einen Ball mit den Händen fangen/werfen oder mit dem Fuß kicken) deutlich geringere Leistungen als Buben. Ob ein „doing gender“ dafür verantwortlich ist, darüber können die Forscher vorläufig nur spekulieren.

Fakt ist auch, dass Übergewicht das motorische Fertigkeiteniveau ungünstig beeinflusst. „Die Ergebnisse weisen darauf hin, dass eine gezielte Förderung von Bewegungsfertigkeiten essenziell für die Entwicklung ist. Es ist ja so, dass Kinder – genauso wie Erwachsene – etwas umso lieber und öfter tun, je besser sie es können. Wir müssen also mehr Lerngelegenheiten schaffen um die Chancengleichheit für ein gesundes Bewegungsverhalten zu verbessern. Motorische Fertigkeiten sind ein Schutzfaktor bei Übergewicht, fördern kognitive Leistungen und können die Persönlichkeit stärken“, betont Susanne Ring-Dimitriou.

Kegeln mit Alltagsgegenständen, erkunden welcher Spielplatz die besten Klettermöglichkeiten hat, kochen mit den selbst geernteten Kartoffeln vom Bauer. Eine Vielzahl praktikabler Tipps („take home activities“) schafft nicht nur bei Kindergartenpädagoginnen, sondern auch bei vielen

Eltern die Bereitschaft, aktiv an dem Programm mitzumachen, beobachtet Projektmanagerin Verena Aistleitner: „Die Kommunikation mit den Familien ist ganz zentral“.

Nach dem SALTO-Motto „Gemeinsam viel bewegen“ wurden inzwischen auch erste Schritte in Richtung Vernetzung mit Sportvereinen gesetzt. Nur gemeinsam könne nachhaltig erreicht werden, dass mehr Kinder mit Normalgewicht aufwachsen,

über eine gute Fitness verfügen und sich gesund ernähren, ist auch Daniel Weghuber, medizinischer Leiter von SALTO, überzeugt.

SALTO ist ein gemeinnütziges Projekt und finanziert sich durch Förderungen öffentlicher und privater Partner ungefähr je zur Hälfte. Die Kosten für die Entwicklung, Umsetzung und die wissenschaftlichen Erhebungen beliefen sich im Jahr 2015 auf rund 170.000 Euro. WWW.SALTO-SALZBURG.AT

Gesundheitsprogramm für Kindergartenkinder

Ein Jahr nach dem Start des Salzburger Gesundheitsprogramms „SALTO“ für Kindergartenkinder fällt die Zwischenbilanz vielversprechend aus. Das von Sportwissenschaftlern koordinierte und wissenschaftlich intensiv begleitete Bewegungs- und Ernährungsprogramm wird gut angenommen.

MARIA MAYER



Der hohe Mitmach-Faktor liegt nach Überzeugung von Projektleiterin Susanne Ring-Dimitriou (rechts im Bild) an der starken Prozessbegleitung. Das SALTO-Team unterstützt Pädagogen und Eltern bei der Umsetzung des Programms im Alltag mit Coachings, Workshops, Praxishandbüchern, Halbjahresplänen und vielfältigen praktikablen Tipps für einen bewegten und gesunden Kinderalltag.

BILD: SN/PLUS, KOLARIK



25 Jahre Universitätsorchester Salzburg

Studierende, Absolventen und Lehrende der Uni Salzburg bringen große Werke der Orchesterliteratur zum Klingen

Die Begeisterung für klassische Orchestermusik führt rund siebzig Studierende, Absolventen und Lehrende der Universität Salzburg aber auch der weiteren Salzburger Hochschulen zu den wöchentlichen Proben ins Auditorium der Naturwissenschaftlichen Fakultät. Große Werke der Orchesterliteratur werden einstudiert, heuer unter anderem das berühmte Trompetenkonzert des Armenisch-Russischen Komponisten Alexander Arutjunjan. „Immer wieder geben wir jungen Solisten die Möglichkeit, Konzerterfahrungen zu sammeln“, so Martin Fuchsberger, der sechste Dirigent und künstlerische Leiter nach dem Orchester-Gründer Christian Heller. „Eine erfreuliche Entwicklung ist, dass wir un-



sere Konzerttätigkeit verstärkt auch auf das Salzburger Land ausweiten konnten. So sind wir in Hof, Kuchl, Henndorf, Mitter-

sill, Leogang, Bischofshofen, im oberösterreichischen Bad Ischl sowie im grenznahen Bad Reichenhall gerne gesehene Bot-

schafter der Universität Salzburg.“ Die bisher größte Konzertreise führte das Orchester nach Sachsen zu einem Auftritt im

Leipziger Gewandhaus.

Seit Juni 2009 ist das Orchester als gemeinnütziger Verein organisiert. Finanzvorstand ist der Klarinettenist Stefan Seiler, Professor für Strafrecht und Strafvollzugsrecht an der Universität Salzburg: „Unsere Auftritte finanzieren wir durch freiwilligen Spenden. Das ist nicht einfach, aber so können wir bei einem breiten Konzertpublikum die Begeisterung für klassische Orchestermusik immer wieder aufs Neue wecken.“

Die nächsten Konzerte finden am Freitag, 17. Juni um 20 Uhr in der Großen Universitätsaula sowie am Samstag, 18. Juni um 19.30 Uhr in der Pfarrkirche Bischofshofen statt.

Nähere Infos unter: WWW.UNIORCHESTER.AT