

Die nachfolgenden Informationen stammen von der Homepage der Stadt Paderborn

Walking Bus - der aktive Schulweg

Zeitbombe Übergewicht - »Walking bus« als Präventionsmaßnahme

Glaubt man aktuellen Schlagzeilen, dann schwächeln Deutschlands Kinder in jeder Beziehung: Sie sind nicht stressresistent, sie sind sozial verarmt, geistig unterbelichtet und körperlich kaum belastbar, mehr fett als fit. Vor allem der körperliche Zustand der jungen Generation gerät immer stärker in den Fokus der Öffentlichkeit. Nach dem PISA-Schock also jetzt der Fett-Schock.

Die junge Generation scheint eindeutig auf dem Wege in eine übergewichtige Gesellschaft zu sein. Derzeit kann man laut der KiGGS-Studie von durchschnittlich 15 % übergewichtigen Kindern ausgehen, von denen 6,3 % als fettleibig eingestuft werden. Die Tendenz ist steigend! Wegen der Folgen für die individuelle und die gesellschaftliche Entwicklung sind Übergewicht und Fettleibigkeit als Zeitbombe anzusehen, die es dringend zu entschärfen gilt.

Eine Möglichkeit, die Forderung umzusetzen, bildet das Projekt Walking Bus. Dabei handelt es sich um ein Vorhaben, an dem alle Personen und Institutionen eine wichtige Rolle spielen, die am Alltag von Heranwachsenden beteiligt sind: Eltern, Freunde, Nachbarn, Lehrer, Schule, Polizei, Gemeinde.

Ziel der Modellmaßnahme Walking Bus ist der tägliche Weg zur Schule, den die Schulkinder zu Fuß gehen und dabei körperlich aktiv sind. Der Bus fährt nicht wirklich, sondern die Kinder spielen in Begleitung der Erwachsenen Bus mit Haltestellen, festen Routen und Fahrzeiten.

In England hat sich der Walking Bus bereits national durchgesetzt und erfährt auch in Deutschland zunehmende Beliebtheit, Akzeptanz und Nachfrage.

Im Frühjahr 2005 wurde der erste Walking Bus als Modellversuch unter der Leitung von Prof. Dr. Brettschneider (Universität Paderborn) an einer kleinen Grundschule in Dahl eingerichtet. Die Begeisterung aller Beteiligten war so groß, dass der Walking Bus in Zusammenarbeit mit den Verkehrssicherheitsberatern der Kreispolizeibehörde Paderborn, der AOK Westfalen-Lippe und der Sparkassenstiftung Paderborn schon nach kurzer Zeit auch an anderen Grundschulen im Kreis Paderborn eingerichtet wurde. Heute – gut drei Jahre später – läuft der Walking Bus bereits erfolgreich an 28 Schulen im Kreis. Auf rund 50 unterschiedlichen Walking Bus-Linien gelangen zwischen 1300 und 1500 Kinder täglich zu Fuß zur Schule. Auch überregional nehmen die Nachfrage nach und die Einrichtung von Walking Bus-Linien stetig zu.

In einer kleinen Pilotstudie unter der Leitung von Prof. Dr. Brettschneider konnten bereits einige Vorteile des aktiven Schulwegs belegt werden. Kinder, die zu Fuß zur Schule gehen, bewegen sich wöchentlich – einschließlich des Wochenendes – mehr als die Kinder, die mit dem Auto zur Schule gefahren werden. Außerdem können sich die Kinder, die zu Fuß zur

Schule gehen, in den ersten Schulstunden nachweislich besser konzentrieren. Da die besten Konzentrationsleistungen aber die Walking Bus-Kinder zeigen, schafft neben der körperlichen Aktivität offensichtlich auch der gemeinsame Schulweg in einer Gruppe günstige Lernvoraussetzungen.

In einer von der AOK Westfalen-Lippe in Auftrag gegebenen Studie sollen die bereits vorliegenden Ergebnisse in einem längsschnittlichen Design erweitern und untermauert werden. Die Ergebnisse der Untersuchung, die ebenfalls unter der Leitung von Prof. Dr. Brettschneider durchgeführt wird, werden voraussichtlich im Anfang 2009 vorliegen.

Was ist ein Walking Bus?

Der Walking Bus ist eine gesunde, sichere und nicht zuletzt lustige Art zur Schule und wieder nach Hause zu gelangen. Dieser „Bus“ fährt nicht auf vier Rädern, wie es bei einem normalen Schulbus der Fall ist.

Vielmehr handelt es sich um einen virtuellen Bus, in dem Kinder, in Begleitung von Erwachsenen, den Schulweg zu Fuß bestreiten. Ein Bus mit real existierenden Haltestellen, festen Routen und Fahrzeiten, den Kindern als „Passagieren“ und den begleitenden Erwachsenen als „Busfahrer“. Auf einer im Vorfeld durch die Polizei festgelegten, risikoarmen „Busstrecke“ laufen die Kinder zur Schule und sammeln an den installierten Walking Bus-Haltestellen weitere Kinder ein. Die beteiligten Erwachsenen haben dafür Sorge zu tragen, dass der „Bus“ die Haltestellen pünktlich erreicht und dass die Kinder sicher an der Schule ankommen.



© Stadt Paderborn

Der „Bus“ „fährt“ bei Wind und Wetter und alle Beteiligten müssen reflektierende Schärpen, Westen oder Jacken tragen, weil Sicherheit höchste Priorität hat. Unterwegs können sich die Kinder mit ihren Freunden unterhalten, Wertvolles über Straßensicherheit lernen und ihre Umwelt selbständig im Freien erfahren.

Jeder Walking Bus ist anders! Er variiert, um den Gegebenheiten der Kinder, ihrer Eltern und der Schule gerecht zu werden. An einigen Schulen laufen mehrere Walking Bus-Linien, an anderen Schulen existiert nur ein Bus.

Der Walking Bus bewegt nicht nur die Kinder, sondern auch Eltern oder andere Erwachsene, die diesen begleiten! Auch an ihrer Schule kann ein Walking Bus eingerichtet werden.

Warum einen Walking Bus benutzen?

Sieben Gründe einen Walking Bus ins Leben zu rufen:

Der Walking Bus bietet jedem die Chance, sich regelmäßig körperlich zu betätigen. Wissenschaftliche Untersuchungen nähren die Vermutung, dass körperlich aktive Kinder auch körperlich aktive Erwachsene werden. Schon 15 Min. Schulweg zu Fuß zur und von der Schule tragen in etwa zur Hälfte der für Kinder empfohlenen Menge an täglicher körperlicher Aktivität bei.

Sicherheit

Kinder, die am Walking Bus teilnehmen, sind Teil einer großen, gut sichtbaren Gruppe, die von Erwachsenen betreut sicher zur Schule und wieder nach Hause gebracht wird. Dieses beruhigt die Eltern, die bisher Bedenken hatten, ihr Kind allein zur Schule gehen zu lassen.

Straßenverkehrserziehung

Der Walking Bus bereitet die Kinder darauf vor, sich später alleine im Straßenverkehr zurechtzufinden und rüstet sie mit den wichtigsten Fertigkeiten als Fußgänger aus.



© Stadt Paderborn

Sozialverhalten und Lernleistungen

Der Schulweg in der Gruppe bietet den Kindern die Chance, sich ausgiebig zu unterhalten und neue Freundschaften zu schließen. Wenn sie dann in der Schule ankommen, ist der

Gesprächsbedarf etwas gestillt und sie sind nachweislich aufnahme- und konzentrationsfähiger.

Bürgerschaftliches Engagement

Jeder verantwortungsbewusste Erwachsene kann sich beim Walking Bus engagieren. So hat man mehr Bewegung, hilft der Gemeinschaft, der Umwelt und vor allem den Kindern!

Umwelt

Jeder Weg, der zu Fuß zurück gelegt wird, reduziert neben dem Verkehr im Umkreis der Schulen auch die Luft- und Umweltverschmutzung.



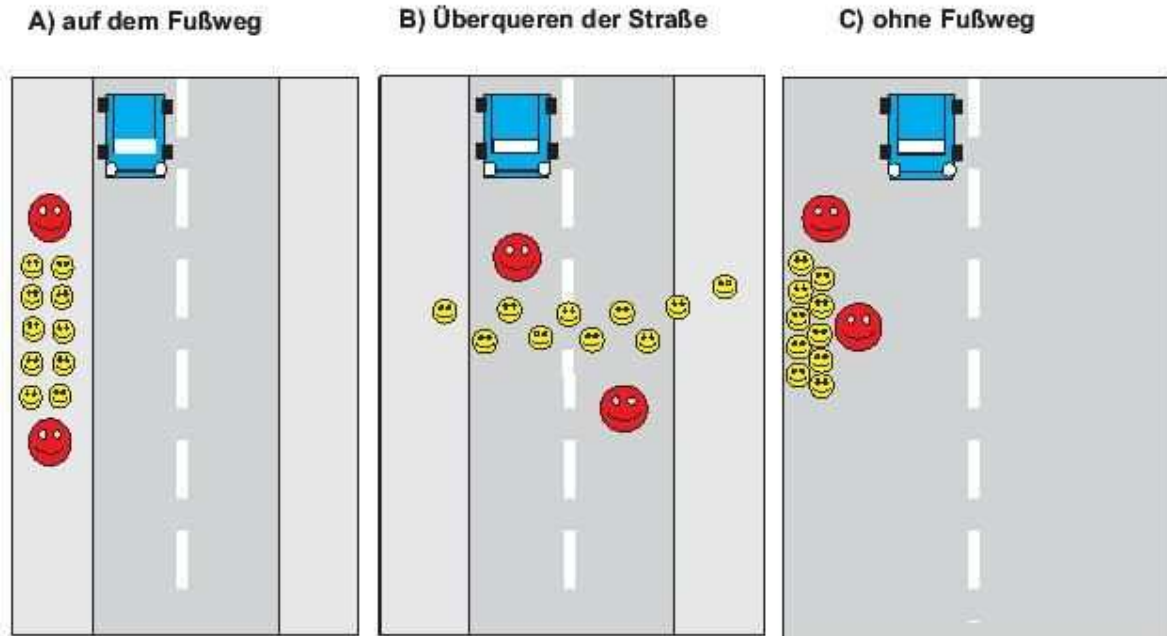
© Stadt Paderborn

Einfaches Atmen

Wußten Sie, dass Untersuchungen ergaben, dass man während einer kurzen Fahrt in einem Auto mehr Luftverschmutzung ausgesetzt ist, als bei einem Fußmarsch? Die Teilnehmer eines Walking Bus bewegen sich an der frischen Luft, werden sich wacher fühlen und leistungsfähiger in der Schule sein. Diverse Studien belegen, dass Kinder, die zu Fuß zur Schule gehen, deutlich aktiver sind als diejenigen, die mit dem Auto zur Schule gebracht werden oder im gewöhnlichen Bus fahren.

Organisation im Strassenverkehr

Sicherheit wird groß geschrieben. Deshalb gibt es für die Standardsituationen im Strassenverkehr folgende Verhaltensmuster.



© Stadt Paderborn



Einrichtung eines Walking Bus

Der Walking Bus lässt sich jederzeit mit überschaubarem Aufwand installieren und an die Bedürfnisse der Teilnehmer sowie der Schule anpassen.



© Stadt Paderborn

In Zusammenarbeit mit der Schule, den Verkehrssicherheitsberatern der Polizei, interessierten Eltern und freiwilligen Helfern lassen sich Routen mit Haltestellen schnell entwickeln. Insgesamt sind 7 Schritte notwendig um einen Walking Bus erfolgreich umzusetzen:

1. Schritt:

Der Walking Bus wird in der Schulkonferenz vorgestellt

2. Schritt:

Interessierte Schulen erstellen einen Informationsbrief für Eltern. Der Walking Bus soll auf diesem Weg vorgestellt und seine Vorteile deutlich gemacht werden.

3. Schritt:

Erstellung einer Analyse der Schulwegströme (Zusammenarbeit mit der örtlichen Polizei – Bezirksdienst/ VSB)

4. Schritt:

Elternabend – der Walking Bus wird in allen Einzelheiten vorgestellt

- Linienplanung – Festlegung der Walking Bus Linie(n) und der Haltestellen
- Verbindlichkeit des „Busfahrdienstes“ – Eltern sind gefragt
- Ausstattung der Eltern und Kinder mit Warnwesten
- Klärung von weiteren Fragen

5. Schritt:

Fahrplanerstellung – morgens und mittags (in Abhängigkeit von den Stundenplänen)

- Betriebsleiter gesucht (koordiniert bei Krankheit oder Ausfall eines „Busfahrers“)
- Infos zu Verkehrserziehung und Unfallgeschehen durch VSB

6. Schritt:

Beschaffung der „Hardware“

- Leuchtwesten
- Haltestellenschilder
- Aufstellen/ Anbringen der Schilder

7. Schritt:

Es geht Los!!!

- Elternbrief zum Start
- Erstes Treffen an den Haltestellen
- Ausgabe der Leuchtwesten
- In der Startphase Unterstützung durch die Polizei