

Gesunde Genießer

Projektzeitraum: 2011 - 2026



Hier muss niemand in den sauren Apfel beißen. Vielmehr geht es bei diesem Projekt darum, Grundschulern spielerisch Wissenswertes über nährstoff- und vitaminreiche Lebensmittel und ihre Verwendung für eine entsprechend gesunde Ernährung zu vermitteln. Die Bürgerstiftung hat das Konzept für die „Gesunden Genießer“ bereits 2011 gemeinsam mit der beim Kreis angesiedelten Koordinationsstelle Ernährung und Bewegung in der OGS im Primarbereich entwickelt und finanziert seitdem das Projekt. Mehr als 3300 Schüler aus über 140 Klassen haben sich schon daran beteiligt.

Es geht's nicht nur um die Wurst

Knackiges Vollkornbrot statt Schokomuffin, Möhrenstücke statt Minisalami und Mineralwasser statt Softdrink: Die Zweit- und Drittklässler lernen in diesem Projekt nicht nur, dass gesundes Essen auch lecker sein kann, sondern auch, warum Fast-Food-Produkte aufgrund der darin enthaltenen hohen Anteile von Fetten, Salz und Zucker nicht gut für sie sind.

Heißhunger auf Neues

Eine Ernährungsberaterin erläutert in eigens dafür reservierten Schulstunden kindgerecht, praxisorientiert und nachhaltig, was eine gesunde Mahlzeit ausmacht. Egal ob Frühstück, Mittag- oder Abendessen. Spielerisch wird den Kindern die richtige Grundeinstellung zu Nahrungsmitteln und zur Wertigkeit von Essen vermittelt. Für die Eltern gibt es dazu einen Informationsbrief (in mehreren Sprachen), damit auch zuhause zum Wohl der ganzen Familie fortgeführt werden kann, was die Kinder gelernt haben.

Wer kann seinen Senf dazugeben?

Alle zweiten und dritten Klassen der Gütersloher Grundschulen können sich an dem Projekt „Gesunde Genießer“ beteiligen.

Anmeldung

Sabine Baum von der beim Kreis Gütersloh angesiedelten Abteilung Gesundheit/Koordinationsstelle Ernährung und Bewegung ist die Ansprechpartnerin für das Projekt. Sie ist unter 05241/823586 oder per Mail an: sabine.baum@kreis-guetersloh.de erreichbar.

Der Flyer der "Gütersloher gesunde Genießer".

Kontakt

Bürgerstiftung Gütersloh
Am Alten Kirchplatz 12
33330 Gütersloh
Tel: 05241 / 97 13 0
Fax: 05241 / 97 13 68

Spendenkonto

Kontoinhaber: Bürgerstiftung Gütersloh
Bank: Sparkasse Gütersloh
IBAN: DE02478500650000096611
BIC: WELADED1GTL