

Gesundes Pausenfrühstück

Ein Programm für 1. bis 4. Klassen an Grundschulen in Ingolstadt

Anlass

In den Grundschulen der Brennpunktgebiete Ingolstadts gibt es einen hohen Anteil übergewichtiger Kinder. Viele von ihnen sind schlecht versorgt, sie erhalten zu Hause kein Frühstück und bekommen für die Schule kein Pausenbrot. Die Lehrkräfte berichten über Unruhe und nachlassende Konzentration ab Ende der zweiten Schulstunde.

Projektziel

Verbesserung der Ernährungssituation der Kinder in der Schule und Beeinflussung des Ernährungsverhaltens zu Hause. Stabilisierung der Konzentrations- und Leistungsfähigkeit der Kinder.

Umsetzung

Das Projekt richtet sich an alle Mädchen und Jungen der Jahrgangsstufen 1 bis 4 in der Grundschule.

Aktionen in jeder Klasse:

- Fragebogen für den Klassenleiter zu Frühstück und Pausenbrot der Kinder, zu übergewichtigen Kindern, Verhalten im Unterricht
- Theoretische Unterrichtseinheit zu Ernährung und Ernährungsverhalten
- Praktische Unterrichtseinheit: Zubereitung eines Pausenbuffets (Müslibuffet) und gemeinsames Essen. Geschenk Pausenbrotbox.
- Fragebogen für Kinder (Wünsche für die Pause von daheim, Wünsche für den Pausenverkauf, Mithilfe beim Frühstücksdienst)
- Gemeinsames Pausenfrühstück am Ende der zweiten Unterrichtsstunde im Klassenraum (mitgebrachtes Pausenbrot; einmal wöchentlich Müslifrühstück mit Müslibuffet in der Klasse, die Kinder bringen Obst mit, Milch und Joghurt organisiert der Pausendienst oder die Klassenleitung); die Pause steht den Kindern für Bewegung zur Verfügung

Aktionen für Eltern:

- Elternfrühstück in jeder Jahrgangsstufe, Ernährungsaufklärung und Informationen über das Projekt

Weitere Maßnahmen:

- Schulung der Köchinnen der Mittagsverpflegung
- Pausenverkauf: Absprache mit Schulleitung, Elternbeirat und Hausmeister, Anpassung des Angebots an das Projekt

Das Gesundheitsamt begleitet die Aktion. Sporadische Besuche in den Klassen und sporadische Kontrolle des Pausenverkaufs.

Dokumentation: Kurzkonzept des Projekts

Ressourcen

Finanzierung aus dem Etat Gesundheitsvorsorge des Gesundheitsamtes der Stadt Ingolstadt. Es wurde zudem ein Antrag an die Regierung von Oberbayern gestellt. Unterstützung durch Sponsoren.

Personal: Dipl. Oecotrophologin des Gesundheitsamtes, Hauswirtschaftsmeisterin des Verbraucher-Service Bayern, 1-Euro-Kraft

Kommentar im Projekt

„Erfolge: Besseres Sozialverhalten, stärkeres Vertrauensverhältnis Kinder / KlassenleiterIn, gestiegenes Ernährungs-/ Gesundheitsbewusstsein, zunehmende Konzentrationsfähigkeit.“

Stadt Ingolstadt
Gesundheitsamt
Esplanade 29, 85049 Ingolstadt
Ansprechpartnerin: Sigrid Helmer
Tel. (08 41) 3 05 14 86, fax (08 41) 3 05 14 69
E-Mail: sigrid.helmer@ingolstadt.de