



Landesvereinigung für Gesundheitsförderung in Schleswig-Holstein e.V.

Flämische Str. 6-10, 24103 Kiel
Tel.:0431/94294 - Fax:0431/94871
gesundheit@lvqfsh.de
www.lv-gesundheit-sh.de



Sperrfrist, Freitag, 25.11. 12:00 Uhr!

Pressemitteilung

31/2011

Johann Hinrich-Fehrs-Schule ernährt sich gesund

„Lebenslust – Leibeslust!“ - Ein Erfolgsprojekt zur Ernährungsbildung und Prävention von Essstörungen kommt in der Johann-Hinrich-Fehrs-Schule in Neumünster zum Abschluss

(Kiel/Büsum, 21. November 2011) - Jedes fünfte Schulkind in Schleswig-Holstein ist zu dick - und die Weichen zur falschen Ernährung werden bereits im Kindergartenalter gestellt. Deshalb hat die Landesvereinigung für Gesundheitsförderung das Programm "Lebenslust - Leibeslust" entwickelt, das die möglichst frühe Prävention von Essstörungen zum Ziel hat. Die Techniker Krankenkasse in Schleswig-Holstein fördert im Rahmen ihrer Projekte „Gesunde Schule“ und "Gesunde Kita" Schulen, Kindergärten und Mutter-Kind-Kurzcentren, die sich besonders für die gesunde Ernährung ihrer Kinder stark machen.

Auch in der Johann-Hinrich-Fehrs-Schule in Neumünster drehte sich in den letzten Monaten alles rund um die Ernährung. Die Grundschule im Zentrum von Neumünster mit insg. 24 Lehrerinnen und Lehrern sowie 14 Klassen mit 290 Schülern hat das Programm "Lebenslust – Leibeslust“ Anfang dieses Jahres mit den Kindern und Lehrkräften begonnen. Die TK-Landesvertretung Schleswig-Holstein hat das Projekt mit 4.400 Euro gefördert. Unter dem Motto „Lasst uns beim Essen den Spaß nicht vergessen“ hat sich viel getan:

Gemeinsam mit der Ökotrophologin Astrid Francke erarbeiteten die Lehrer ein Poster mit geeigneten Nahrungsmitteln für das gemeinsame Frühstück. Alle Eltern wurden über diese „wünschenswerten“ Frühstückscerealien informiert. Die 1. und 2. Klassen frühstücken jeden Tag gemeinsam und sprachen dabei immer wieder über gesunde Ernährung. In den 3. und 4. Klassen gibt es einmal in der Woche einen besonderen Frühstückstag, an dem mit festgelegten Regeln bei schöner Tischdekoration gemeinsam gefrühstückt wird. Auch die Offene Ganztagschule hat das gesamte Essangebot auf ausgewogene und kindgerechte Ernährung umgestellt und beim Verkauf von Pausenverpflegung wird ebenfalls auf gesunde Ernährung geachtet.

Am 25. November wird das Projekt um 10:30 Uhr in Form eines „gesunden Frühstücks“ in der Schule vorgestellt.

„Das Ziel des Projekts Lebenslust ist es, mit den Kindern eigenverantwortliches, kindgerechtes und ungezwungenes Essverhalten zu üben“, betont Sabine Hoffmann-Steuernagel von der Landesvereinigung für Gesundheitsförderung. "Lebenslust - Leibeslust" ist Ende 2002 als Pilotprojekt in Schleswig-Holstein zur Prävention von Essstörungen in

Verantwortlich im Sinne des Pressegesetzes: Dr. Elfi Rudolph, Geschäftsführerin,
Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e.V. in Schleswig-Holstein

Kindergärten gestartet und macht bereits über die Landesgrenzen hinaus Schule. Das Konzept stammt von der Landesvereinigung für Gesundheitsförderung in Zusammenarbeit mit der Deutschen Gesellschaft für Ernährung, Sektion Schleswig-Holstein.

"Untersuchungen haben gezeigt, dass Kinder bereits im Alter von drei bis sechs Jahren Ernährungsgewohnheiten entwickeln, die sie häufig bis ins Erwachsenenalter beibehalten", sagt Karla Frieben-Wischer, Sprecherin der TK-Landesvertretung Schleswig-Holstein. Als besonders positiv bewertet sie den ganzheitlichen Ansatz des Präventionsprojektes: "Das Projekt Lebenslust bietet professionelle Bausteine für den Schul- und Kindergartenalltag und bezieht auch die Eltern mit ein, damit das erlernte und erlebte Wissen der Kinder auch zu Hause umgesetzt wird."

In Schleswig-Holstein haben bis heute 69 Kindertagestätten, sechs Kurzentren sowie 21 Schulen das von der TK geförderte Programm durchgeführt.

In jeder Einrichtung kann „Lebenslust - Leibeslust“ auf eine andere Art und Weise umgesetzt werden, so dass eine Vielzahl an Ideen und Möglichkeiten entstehen. Ob es ein „gesundes Wunschfrühstück“, ein „buntes Mittagsbuffet“ oder gemeinsame Kochtage gibt: wichtig ist nur, dass die Kinder spielerisch viel über gesunde Ernährung lernen und die Eltern eingebunden werden. Ganz besonders freut es uns, dass das Programm eine sehr nachhaltige Wirkung zeigt. Viele Ernährungsanregungen werden in den Alltag übernommen und fortgeführt.“, so Sabine Hoffmann-Stuernagel von der Landesvereinigung

In der Regel erstreckt sich das Programm über einen Zeitraum von 9 – 12 Monaten, wird mit dem Team abgestimmt und begleitet von einer speziell geschulten Ernährungsfachkraft. Es besteht aus den Bausteinen Fortbildung, Teamsitzungen, Auswertung, Elternarbeit und unterstützenden Angeboten aus den Bereichen Bewegung und Entspannung.

Weitere Informationen:

Landesvereinigung für Gesundheitsförderung in Schleswig-Holstein e.V. (LVGF)

Flämische Straße 6-10, 24103 Kiel

Tel: 0431/94 2 94 - Fax: 0431/9 48 71

www.lv-gesundheit-sh.de

Für Rückfragen: Projektkoordinatorin Sabine Hoffmann-Stuernagel, Tel: 0431-94294,

Fax: 0431-94871, E-Mail: hoffmann-stuernagel@lvgfsh.de

Techniker Krankenkasse (TK)

Bundesweit unterstützt die TK im Rahmen der Präventionsförderung "Gesunde Schule" mehr als 400 Schulen und Kindergärten, die mehr Gesundheit in den Alltag der Kinder bringen wollen.

Weitere Informationen und Förderanträge für die Schulen und Kindergärten gibt es im Internet unter www.tk-online.de/gesundeschule und unter der kostenlosen

Hotline 0800 - 285 85 85.

Für Rückfragen: Karla Frieben-Wischer, Tel. 0431-9 81 58-522, Fax 0431-9 81 58-555

E-Mail: karla.frieben-wischer@tk.de, Homepage: www.tk.de/lv-schleswigholstein

Johann-Hinrich-Fehrs-Schule:

Schulleiterin: Bärbel Wulf-Fechner

Wilhelmstraße 8-16, 24534 Neumünster

Tel. 04321/555 09 84 – Fax: 04321/17 98 08

E-Mail: Schulleitung@jhfs.neumuenster.de

Verantwortlich für diesen Presstext: Hilke Lind, Öffentlichkeitsarbeit, LVGF: lind@lvgfsh.de

Verantwortlich im Sinne des Pressegesetzes: Dr. Elfi Rudolph, Geschäftsführerin,
Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e.V. in Schleswig-Holstein