

Grundschüler zu Gast bei Kölner Handwerksbäckern

Die teilnehmenden Kinder der Initiative „SMS. Sei schlau. Mach mit. Sei fit.“ backen gemeinsam mit den Kölner Handwerksbäckern und lernen Vollkornbrot als wichtigen Bestandteil einer ausgewogenen Ernährung kennen.

(Düsseldorf, 17.06.2015) Die teilnehmenden Grundschul Kinder der Initiative „SMS. Sei schlau. Mach mit. Sei fit.“ sind zu Gast bei den Kölner Handwerksbäckern. In der Bäckerei Kraus lernen die Kinder aus erster Hand, warum Vollkornbrot so gesund ist und deshalb in jede Frühstücksbox gehören sollte. Der Spaß soll aber nicht zu kurz kommen. Neben Vollkornbrot und anderen Spezialitäten haben die Kinder Gelegenheit, ihr handwerkliches Geschick unter Beweis zu stellen und flechten unter anderem Zöpfe. „Eine gesunde und ausgewogene Ernährung ist Voraussetzung für körperliches Wohlbefinden und gute Leistungen in der Schule“, begründet Bäckermeister Stephan Kraus seine Unterstützung der SMS-Initiative. Projektleiter Prof. Karsten Müssig ergänzt: „Angesichts der großen Anzahl der Kinder, die ohne Frühstück zur Schule gehen, möchten wir ihnen vermitteln, wie wichtig ein ausgewogenes Frühstück ist, um die Energiereserven wieder aufzufüllen und für die Anforderungen eines Schultags gewappnet zu sein.“

Die von Prof. Karsten Müssig geleitete Initiative „SMS. Sei schlau. Mach mit. Sei fit.“ an Düsseldorfer und Kölner Grundschulen möchte Übergewicht und anderen Lebensstil bedingten Erkrankungen im Kindes- und Jugendalter entgegenwirken. Die teilnehmenden Kinder erhalten zusätzliche Unterrichtsstunden zur Ernährung in Kooperation mit dem Bildungszentrum für Diätassistenz der Kaiserswerther Diakonie und das von der Sportwissenschaftlerin Dr. Kerstin Ketelhut für Grundschulen entwickelte Bewegungsprogramm „Fitness für Kids“. Die beiden Krankenkassen IKK classic und KKH, diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe, das Sportamt Düsseldorf und weitere namhafte Partner und Persönlichkeiten unterstützen das Projekt und ermöglichen den Kindern sehr attraktive außerschulische Lernorte. Schirmherr ist Thomas Geisel, Oberbürgermeister der Landeshauptstadt Düsseldorf.

Weitere Informationen zu der Initiative erhalten Sie unter: www.sms-mach-mit.de