

Mit Vollkornbrot fit für den Schulalltag

Die Schülerinnen und Schüler der Initiative „SMS. Sei schlau. Mach mit. Sei fit.“ des Deutschen Diabetes-Zentrums erhalten einen Einblick in die Herstellung von Backwaren.

(Düsseldorf, 04.07.2017) Bald jedes dritte Kind kommt, ohne gefrühstückt zu haben, in die Schule. Dabei ist gerade das morgendliche Auffüllen der Energiespeicher so wichtig für das Lernen im Unterricht. Warum Vollkornbrot so gesund ist, welche Zutaten darin stecken und wie es hergestellt wird, erfahren die Schülerinnen und Schüler der Matthias-Claudius-Schule und der St. Rochus-Schule bei ihrem Besuch der Hercules Vollkorn- und Mühlenbäckerei. Unter der Leitung des Inhabers und Bäckermeisters Johannes Dackweiler entdecken die Kinder die Backstube und erleben hautnah wie Brot hergestellt wird. Auch verkosten sie die verschiedenen Brotsorten. „Durch den praktischen Unterricht lernen die Kinder, was eine gesunde und ausgewogene Ernährung bedeutet. Dies ist Voraussetzung für ein körperliches Wohlbefinden und gute Leistungen in der Schule.“, begründet Bäckermeister Johannes Dackweiler sein Engagement in der SMS-Initiative. „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 gerüstet zu sein.“, ergänzt Projektleiter Prof. Karsten Müssig.

Die von Prof. Dr. Karsten Müssig geleitete Initiative „SMS. Sei schlau. Mach mit. Sei fit.“ an Düsseldorfer Grundschulen möchte Übergewicht und anderen Lebensstil-bedingten Erkrankungen im Kindes- und Jugendalter entgegenwirken. Die SMS-Initiative wird getragen vom Verein Düsseldorf Kids mit PFIFF e.V. und wissenschaftlich begleitet vom Deutschen Diabetes-Zentrum (DDZ). Die teilnehmenden Kinder absolvieren den aid-Ernährungsführerschein in Kooperation mit dem Bildungszentrum für Diätassistenten der Kaiserswerther Diakonie und das von der Sportwissenschaftlerin Prof. Dr. Kerstin Ketelhut für Grundschulen entwickelte Bewegungsprogramm „Fitness für Kids“. Zusätzlich erleben die Schülerinnen und Schüler in dem Sinnesklassenzimmer des Weiterbildungsganges Motopädie der Präha Weber-Schule die Wahrnehmung ihres eigenen Körpers und ihnen werden in Kooperation mit der Initiative „Die bewegte Schulpause“ der Dietrich Grönemeyer Stiftung und dem Unternehmen Deichmann Entspannungsübungen vermittelt. Die beiden Krankenkassen



IKK classic und KKH, diabetesDE - Deutsche Diabetes-Hilfe, das Sportamt Düsseldorf sowie weitere namhafte Partner und Persönlichkeiten unterstützen die Initiative und ermöglichen den teilnehmenden Schülern weitere attraktive außerschulische Lernorte. Schirmherr ist Thomas Geisel, Oberbürgermeister der Landeshauptstadt Düsseldorf. Die SMS-Initiative wurde 2015 mit dem Unterstützerlogo von IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung, und 2016 mit dem GUT DRAUF-Label der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) ausgezeichnet.

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