

Titel der Veranstaltung	Gesundes Frühstück
Einsatzorte	weiterführende Schulen im Kreis Minden- Lübbecke
Zielgruppe	Schülerinnen und Schüler der Jahrgangsstufen 6 bis 10
Zeitraumen	8 bis 18 Schulstunden
Projekthinhalte	<ul style="list-style-type: none"> • Grundwissen über Nährstoffe erwerben • Gesunde Lebensmittel kennenlernen • Reflexion des eigenen Ernährungsverhalten • Kennenlernen und Zubereiten eines gesunden Frühstücks • Verbesserung des Ernährungsangebotes vor Ort
Vermittlung der Inhalte	<ul style="list-style-type: none"> • Einsatz verschiedener Medien • Gruppenarbeit • Reflexion
Ziele des Projektes	<ul style="list-style-type: none"> • Optimierung der Gesundheitsförderung in Schulen • Förderung von gesundem Essverhalten bei Kindern und Jugendlichen • Reflexion des eigenen Verhaltens • Raum für Austausch schaffen und das Thema ins Gespräch bringen • Vermittlung von Informationen über ein gesundes Schulfrühstück • Bewusstwerden des eigenen Frühstücksverhaltens
Evaluation	anonyme Fragebögen