



## Allgäuer Kinder – gesund und fit

**Oberallgäu** – In eine neue Runde geht das Projekt „Allgäuer Kinder – gesund und fit“ des Landkreises Oberallgäu. So werden sich im kommenden Schuljahr 15 Grundschulen mit 30 Klassen an dem Ernährungs- und Bewegungskonzept für Dritt- und Viertklässler beteiligen. Bei einer Informationsveranstaltung für die Klassenleiter im Landratsamt Oberallgäu sprachen Projektkoordinatorin **Ilona Authried** (rechts) und Abteilungsleiter **Ralph Eichbauer** von einem Erfolgsprojekt, welches in etlichen Schulen fest im Stundenplan verankert sei. Kinder sind heute oft übergewichtig oder essgestört. Viele gehen ohne Frühstück in die Schule. Hinzu kommt Bewegungsmangel aufgrund eines erhöhten Computer- und Fernsehkonsums. Auch ist in vielen Familien die Esskultur verloren gegangen. Diesen Problemen soll das seit 2005 bestehende Gesundheits- und Bewegungsprojekt entgegensteuern, verdeutlichte die Ernährungswissenschaftlerin und Projektleiterin **Ulrike Klaas** (links). Durchgeführt wird es in Kooperation mit qualifizierten Fachfrauen und externen Partnern. An den Projekttagen erproben sich die Kinder in einem sogenannten Sinnesparcours und verschiedenen Jahreszeitenmodulen. Mit den Netzwerkpartnern lernen sie Nahrungszubereitung oder das Buttern und Käsen kennen. Auf dem Programm stehen alternativ der Besuch eines Bauernhofes, einer Alpe oder eines Kräutergartens. Themen wie Bewegung, Waldpädagogik, Kochen am Feuer oder psychische Essstörungen werden spielerisch mit eingebaut. Text/Foto: cis