

## Gesundheitsfüchse Ein Beitrag zur Förderung der Gesundheit von Kindern

02.07.2017



Prof. Franz Daschner und die Stiftung viamedica fördern durch das Projekt „Gesundheitsfüchse“ gesunde Ernährung, Bewegung und Umwelt-/Naturschutz in Freiburger Schulen.

Die Ökostation Freiburg bildet zwei Jahre lang Schüler und Schülerinnen zu Gesundheitsexperten aus. Das Angebot richtet sich an 3. und 4. Klassen Freiburger Grund- und Sonderschulen.

Die Frage nach einer gesunden und ausgewogenen Ernährung ist angesichts der Zunahme von Kindern und Jugendlichen mit Übergewicht und ernährungsbedingten Krankheiten viel diskutiert.

Viele Kinder und Jugendliche brauchen Unterstützung, um sich vollwertig zu ernähren. Immer mehr Kinder leiden an Bewegungsmangel. Laut einem Gesundheitsreport bewegt sich nur jedes zweite Kind in Deutschland genug. Der Großteil der Sechs- bis Zwölfjährigen verbringt zu viel Zeit mit den Medien.

Mit dem Projekt der Ökostation Freiburg erlangen Schülerinnen und Schüler ein Bewusstsein, schon früh durch gesunde Ernährung, Bewegung und Gesundheitsvorsorge auf ihre Gesundheit zu achten und lernen, die Lebensgrundlagen wie Luft, Wasser und Boden zu schützen. Sie erkunden, wie Nahrungspflanzen angebaut werden, wann sie erntereif sind und was den ökologischen Landbau



kennzeichnet. Durch gemeinsames Ernten, Verarbeiten und Zubereiten von Speisen kosten die Kinder frisches Obst, knackiges Gemüse und unverfälschte Nahrungsmittel. Die Kinder kosten verschiedene Apfelsorten und pressen Apfelsaft. Sie ernten Gewürzkräuter und entdecken die Tiere im Teich. Sie backen selber Brot und rennen auf dem Sportplatz. Sie besuchen einen Bauernhof, eine Gärtnerei und eine Imkerei.

## Ökostation:

Das Freiburger Umweltbildungszentrum ist mitten im Seepark der Stadt Freiburg gelegen. Der Flückigersee dient den Grünen Klassenzimmern als Forschungsfeld, das Haus mit seinem Gründach steht den Besuchern bei Wind und Wetter offen, der Biogarten ist offen für alle Schulklassen, Kindergartengruppen und Familien. Besucht wird die Ökostation jährlich von ca. 15000 Besuchern, insgesamt werden ca. 600 Veranstaltungen im Jahr durchgeführt. Schwerpunkt sind die Besuche im Grünen Klassenzimmer.

