

## Gesunde Ernährung



voneinander-miteinander-füreinander

Gesunde Ernährung ist uns an der Brocker Schule sehr wichtig. Nur ausgewogene und gesunde Ernährung sorgt dafür, dass unsere Kinder sowohl geistig als auch körperlich fit sind. Gesunde Ernährung sorgt nachweislich dafür, dass sich die Kinder besser konzentrieren und Lerninhalte aufnehmen können. Was tun wir dafür?

### Schulobst

Die Brocker Schule ist seit einigen Jahren im EU-Schulobstprogramm. An vier Tagen in der Woche erhalten unsere Kinder Obst und Gemüse. Eine regionale Anbindung ist uns dabei ganz wichtig, so dass wir einen Händler aus Brackwede haben, der uns beliefert. Fleißige Mütter schneiden das Obst und Gemüse dann morgens portionsgerecht für unsere Kinder.

### Getränke

Durch eine Kooperation mit einer Stiftung erhält jede Klasse pro Woche eine Kiste Wasser. So können sich die Kinder kostenlos und frei am Wasser bedienen.

### Gesunde Ernährung im Unterricht

Wir haben im Schulprogramm festgelegt, dass sich unsere Kinder im Unterricht mit dem Thema Gesunde Ernährung beschäftigen. Dabei werden Themen wie Gesundes Frühstück oder die Ernährungspyramide angesprochen. Weiterhin legen unsere Lehrkräfte Wert darauf, dass die Kinder ein gesundes Frühstück mitbringen.

## **Zahnprophylaxe**

Regelmäßig erhalten wir Besuch durch die Schulzahnärztin. Die Ärztin klärt unsere Kinder auf, was für die Zähne gut und wichtig ist. Sie vermittelt den Kindern zusätzlich, worauf sie verzichten sollten. Diese Einheit ist ein wichtiger Bestandteil im Programm Gesunde Ernährung.