



Prof. Dr. Lothar Schwarz begeisterte die jungen Zuhörer mit seinem Vortrag.

## Aktionstag „in Neunkirchen

An der Ganztagsgemeinschaftsschule (GGS) Neunkirchen fand Ende Oktober ein Aktionstag zum Thema „Gesundes Frühstück“ statt.

**W**ie viel Zucker steckt eigentlich in dem bei so vielen Menschen heiß geliebten Nuss-Nougat-Aufstrich?

**Ganze 78 Stück Würfelzucker in einem Glas. So genau will man es dann vielleicht doch nicht wissen.**

Zu diesem Thema gab es an der GGS Neunkirchen am 27. Oktober einen Aktionstag. Der Fokus an diesem Vormittag lag auf dem Thema gesundes Frühstück und gesunde Ernährung. An verschiedenen Probier- und Mitmachstationen sowie Infoständen konnten die Kinder von einer Station zur nächsten wandern und dabei in Form von Würfelzuckerstücken erkennen, wieviel Zucker tatsächlich in allseits beliebten Produkten stecken.

Betreut wurden die Stationen von den Aktionspartnern und von Schülerinnen und Schülern der höheren Klassenstufen. Wie wichtig Bewegung für eine ganzheitliche Ernährung ist, konnten die Kinder an der Station des Landessportverbandes für das Saarland (LSVS) erfahren.

„Im Sinne einer ganzheitlichen Erziehung von Kindern und Jugendlichen spielt die gesunde Ernährung eine wesentliche Rolle“, erläutert der Schulleiter der GGS Neunkirchen, Clemens Wilhelm, die Grund-

lage des Projekts ‚Gesundes Frühstück – gesunde Ernährung‘. „Wissenschaftliche Untersuchungen belegen längst, dass erfolgreiches Lernen und eine ausgewogene und gesunde Ernährung in enger Verbindung stehen. Dies insbesondere für eine Schule im Ganztag, die den Anspruch erhebt, Lern- und Lebensraum für Schülerinnen und Schüler zu sein“, ergänzt der Schulleiter.

Daher hat die GGS Neunkirchen dieses wichtige Thema ab der Klassenstufe fünf als wesentliches Element schulischer Bildung in das pädagogische Konzept der Schule übernommen.

„Um eine intensive Beschäftigung und Bewusstmachung bei den Kindern und Jugendlichen zu erreichen, war es der Schulgemeinschaft wichtig, dieses Thema als langfristiges Jahresprojekt zu verfolgen“, erklärt Wilhelm.

Spannend wurde es auch, als Sportmediziner Prof. Dr. Lothar Schwarz seinen Vortrag zum Thema gesunde Ernährung hielt.

*Julia Franz*

### Hintergrund

Als Partner für das Projekt konnten die AOK, die SV Elversberg, der LSVS, das Sportwissenschaftliche Institut der Universität des Saarlandes, der Saarländische Fußballverband und die KEW gewonnen. Übers Jahr gesehen kostet das gesunde Frühstück 5500 Euro und wird komplett gegenfinanziert durch Spenden. Darunter 1500 Euro vom Deutschen Fußball-Bund (DFB).

