Presseinformation

1. Juli 2005

„Besser essen“ an der HBLA Sitzenberg-Reidling

Sobotka: Bewusst leben hält gesund und fit

Insgesamt 12 Stationen bieten bei den „besser essen“-Aktionstagen die Möglichkeit, sich interaktiv über die Zusammenhänge von Ernährung, Bewegung und Gesundheit zu informieren. Seit Oktober 2004 finden diese Aktionstage im Rahmen der Initiative „Gesünder leben in Niederösterreich – tut gut“ in wirtschaftsberuflichen mittleren und höheren Schulen statt. In einem Parcours, der alle Sinne anspricht, können die Schülerinnen und Schüler schmecken, riechen, probieren, die eigene Leistungsfähigkeit erproben und ihr Wissen testen.

In der HBLA Sitzenberg-Reidling im Bezirk Tulln, wo kürzlich ein Aktionstag stattfand, nahmen 64 SchülerInnen teil. Aufgeteilt in Gruppen wurden im Laufe des Tages verschiedene Stationen zum Thema Ernährung, Bewegung und Gesundheit absolviert. Die gestellten Aufgaben reichten von der Zubereitung eines gesunden Jausensnacks über Kräftigungsübungen bis hin zur Blindverkostung einiger Lebensmittel. Außerdem konnten die Schüler ihr Wissen unter Beweis stellen, beispielsweise beim Kennen lernen seltener Kräuter und Gemüsesorten oder bei einer kleinen Lektion in „Getränkekunde“. Geschicklichkeit und Konzentration erforderten das Jonglieren, die Koordinationsübungen oder das „Kung Fu Holzhacken“ mit der Handkante.

Landesrat Mag. Wolfgang Sobotka, Initiator der Aktion „Gesünder leben in Niederösterreich – tut gut“ unterstrich die Wirkung dieses Konzepts: „Der Aktionstag bietet verschiedene Ansätze, sich mit seinem Körper und seiner Gesundheit auseinander zu setzen.“ Die Stationen lieferten ein rundes Angebot, das viele Aspekte beinhaltet, die für eine gesunde Lebensweise wichtig sind. Das Spektrum reichte von Anreizen zu mehr Bewegung bis zur Verwendung von Bio-Produkten und gesundem Gemüse.

Die „besser essen“-Aktionstage werden im Rahmen der Aktion „Gesünder leben in Niederösterreich – tut gut“ durchgeführt und sind für die Schulen kostenlos. Für das Schuljahr 2005 können noch Termine vereinbart werden.

Weitere Informationen zu „tut gut“ erhalten Sie unter www.tutgut.at oder bei der Hotline unter 02742/226 55 .

Amt der Niederösterreichischen Landesregierung
Landesamtsdirektion/Öffentlichkeitsarbeit
www.noe.gv.at/presse
E-Mail: presse@noel.gv.at
E-Mail: presse@noel.gv.at

Presseinformation

Amt der Niederösterreichischen Landesregierung
Landesamtsdirektion/Öffentlichkeitsarbeit
www.noe.gv.at/presse
E-Mail: presse@noel.gv.at
E-Mail: presse@noel.gv.at