

Als Buntstift lernen und viel Spaß haben

Kids des Vereins Buntstifte Würzburg: „achtsam und nachhaltig durchs Jahr“

Kurz vor Ostern starteten die Zellerauer Buntstifte-Kids mit ihrem ersten Jahresprojekt: Mit dem Blick auf Achtsamkeit für sich selbst und die Gesundheit sortierten die Buntstifte am ersten Tag Lebensmittel nach dem Zuckergehalt. Ernährungsberaterin Mona Fehling vom Rehasentrum Impuls in Heidingsfeld erklärte die Ernährungspyramide und ließ den Zuckergehalt in Lebensmitteln schätzen und darstellen.

Anschließend erklärte die Zahnärztin Judith Lüdecke, wie Karies entsteht. An einem Gebiss übten die Kinder, wie man Zähne richtig putzt. Auch die Praxis kam dabei nicht zu kurz. Zwischendurch durften sich die Kinder bei Spielen mit der Kimojo-Physiotherapie-Praxis Werneck austoben.

Am zweiten Tag ging es um Bewegung und gesunde Ernährung. Bei einem Breakdance-Workshop mit Dominik Blenk vom Rehasentrum Impuls in Heidingsfeld stand die Bewegung im Mittelpunkt. Ein Profitänzer übte mit den Buntstifte-Kids coole Moves bis zu einer richtigen Dance-Choreographie.

Um die verbrauchte Energie wieder aufzufüllen, durften die Kids mit selbstgemachten Smoothies,



Müslis und Sandwiches anschließend ihr Mittagsmenü selbst zusammenstellen. So gingen zwei gelungene, erlebnisreiche und lehrreiche Ferientage zu Ende. Alle Kinder waren zufrieden und glücklich - auch dank des Engagements von Dominik Blenk, Mona Fehling und Judith Lüdecke, die durch ihren Einsatz maßgeblich zum Erfolg beigetragen haben. Der 1. Vorsitzende Jürgen Wohlfart dankte den beiden Projektleiterinnen Florentine Klopfer und Heike Bader für die hervorragende Organisation und Durchführung. Der Verein Buntstifte Würzburg

e.V. bedankt sich recht herzlich bei seinen Kooperationspartnern der Praxis Dr. Wahler & Kollegen, der Kimojo-Physiotherapie-Praxis in Werneck und dem Impuls Rehasentrum Heidingsfeld.

Auch du kannst ein Buntstift sein!

Die Teilnahme an den Buntstiftprojekten ist für alle Kinder möglich und immer kostenfrei. Weitere Info über den Verein Buntstifte Würzburg e.V. gerne über Jürgen Wohlfart unter 0160/90211539 oder über die Homepage: www.buntstiftewuerzburg.de ■