

## NETZWERK

# Mobile Aktion Ernährung und Bewegung

**Bei Mobile Aktion Ernährung und Bewegung erlernen Kinder und Jugendliche spielerisch Grundlagen gesunder und nachhaltiger Ernährung so wie die Freude an Bewegung.**

## Zielsetzung

Die „Mobile Aktion Ernährung und Bewegung“ ist eine Aktion des Deutschen Kinderhilfswerkes und wird gefördert von der ALDI Nord Stiftungs GmbH. Sie zielt darauf ab, die Gewohnheiten von Kindern und Jugendlichen im Kontext von Ernährungs- und Bewegungsverhalten nachhaltig positiv zu verändern, um damit die wesentlichen Grundlagen für ein gesundes Aufwachsen zu gewährleisten. Im Ernährungsbereich sollen die Kinder und Jugendlichen durch die gemeinsame Zubereitung gesunder Speisen nicht nur für eine gesunde Ernährung sensibilisiert werden, sondern sie sollen auch dazu angeregt werden, sich mit der Herkunft, den Inhaltsstoffen und ernährungsphysiologischen Zusammenhängen von Lebensmitteln auseinanderzusetzen. Der Einsatz von Bewegungsbaustellen vermittelt den Kindern spielerisch die Freude an Bewegung. Zusätzlich erlernen sie soziale Kompetenzen und werden in ihren Fähigkeiten des logischen Denkens und der motorischen Entwicklung gefördert.

## Umsetzung

Das zentrale Element des Projektes sind mobile Autoanhänger, die Ernährungsangebote und Bewegungsgeräte enthalten und durch die ausführenden Partner des Deutschen Kinderhilfswerkes, darunter Spielmobile, Nachbarschaftsvereine und Projektträger der Jugendarbeit, verschiedene Orte wie Schulen, Quartiersplätze, Schulfeste o.Ä. anfahren. Seit Oktober 2017 machen die "Ernährungsmobile" auf vielen öffentlichen Plätzen oder Schulhöfen Station, insbesondere in Essen, Hamburg, Bremerhaven, Wismar, Berlin, Dresden, Hannover und Torgelow. Bevorzugt werden mit der



---

## KONTAKT

Deutsches  
Kinderhilfswerk e.V.  
Leipziger Straße 116 -  
118  
10117 Berlin

### **Ansprechpartnerin:**

Anna Mettner  
E-Mail:  
[mettner@dkhw.de](mailto:mettner@dkhw.de)  
Tel: 030/30869343

---

## LINKS

Weiterführende  
Informationen bietet  
die Internetseite

mobilen Aktion Schulen und Einrichtungen angesteuert, die einen hohen Anteil an Kindern aus einkommensschwachen Familien haben. Zudem wird durch die Mobilität des Anhängers die Niedrigschwelligkeit des Projekts gewährleistet, sodass Kindern aus allen Bevölkerungsgruppen eine Teilnahme ermöglicht wird. Das Projekt legt Fokus auf Nachhaltigkeit bzw. eine dauerhafte Veränderung der Lebenswelt der Kinder, indem bspw. Rezeptheft mit gesunden kindgerechten Rezepten ausgegeben werden, die die Kinder mit nach Hause nehmen und dort mit ihren Familien zubereiten können.

Die Inhalte im Bereich Ernährung beziehen sich auf die wichtigsten Empfehlungen und Themen für eine gesunde Ernährung: ausreichend frisches Gemüse und Obst, viel trinken ohne Zucker, Vollkornprodukte und Milch. Jedes Modul enthält Anregungen zum Zubereiten von Speisen, zum Schmecken und Riechen. Die Kinder lernen dabei spielerisch und genussvoll gesunde Ernährung kennen und erwerben nebenbei das Wissen über gesunde Ernährung.

Das Modul Bewegung besteht aus einer Bewegungsbaustelle mit Kästen aus Holz, Brettern, Balken, Rundhölzern sowie Aluminiumleitern. Die einzelnen Elemente werden miteinander kombiniert und zu einer Bewegungslandschaft zusammengestellt, auf der die Kinder klettern, balancieren, wippen und rutschen können. Die Kinder bauen die Bewegungslandschaft alleine auf und gestalten sie nach ihren eigenen Wünschen.



Dieses Projekt trägt das Logo "Wir sind IN FORM". Wenn auch Sie ein Projekt kennen, dass sich für gesunde Ernährung und/ oder mehr Bewegung einsetzt, können Sie das Logo ebenfalls beantragen.

Alle nötigen Informationen finden Sie unter  
**IN FORM Partner werden.**

Link zur Webseite:

<https://in-form.de/netzwerk/projekte/mobile-aktion-ernaehrung-und-bewegung/>