

„Das Frühstück zu Hause und in der Pause“



Sehr geehrte Eltern,

der Schulvormittag kann für Ihr Kind ziemlich anstrengend sein,
Konzentration bis zur letzten Stunde !
Ersetzen Sie „Süßes“ durch ein gesundes Frühstücksangebot, so
geben Sie Ihrem Kind die Möglichkeit in der Frühstückspause
Energie zu tanken !

Kinder haben oft in der Schule etwas andere Essgewohnheiten, denn die hier vorhandene
Gruppendynamik macht es Ihnen leichter
etwas „Neues“ auszuprobieren.

Nutzen Sie doch einmal die Zeit zu Hause, um miteinander ein gesundes Pausenfrühstück zu gestalten.
Bieten Sie Obst und Gemüse an, dies könnten Sie bereits am Abend zuvor gemeinsam mit Ihrem Kind zu-
bereiten;
so beginnt der Start in den nächsten Tag etwas stressfreier.

Vielleicht besucht Ihr Kind auch die Ganztagsbetreuung, möglicherweise bietet sich keine Gelegenheit
nach dem Essen die Zähne zu putzen.
Umso wichtiger ist es dann,
auf eine gesunde Ernährung & zuckerfreie Getränke wie Wasser zu achten.

Unterstützen auch Sie das Grundschulkonzept
„**Gesund beginnt im Mund**“
des Arbeitskreises Zahngesundheit im Kreis Minden-Lübbecke
zum Wohle Ihres Kindes!

Mit freundlichen Grüßen



Dagmar Geiger
ZahnMedizinische Fachassistentin
Fachkraft f. Gruppenprophylaxe

Arbeitskreis Zahngesundheit im Kreis Minden-Lübbecke

Gesundheitsamt

Portastraße 13 (Gebäude C, EG, Zimmer 3)

32423 Minden

Tel.:0571-807 28024