

Wintersport- und Lerntage in Lenzerheide

Schulklassen entdecken Schneesport und einen gesunden Lebensstil

Im Rahmen des Programms für Gesundheitsförderung für Kinder und Jugendliche GORILLA werden diese Woche insgesamt zehn Schulklassen aus der Deutschschweiz und dem Tessin für einen Wintersport- und Lerntag im Skigebiet Arosa Lenzerheide empfangen. Auf dem Programm stehen Ski- und Snowboardunterricht sowie Lernspiele rund um ein gesundes Trinkverhalten und eine ausgewogene Ernährung.

Ein gesundes Trinkverhalten, eine ausgewogene Ernährung und genügend Bewegung stellen die Basis für die gesunde Entwicklung von Kindern und Jugendlichen dar. An den Winter-Workshops, die vom 13. bis 17. März in Arosa Lenzerheide stattfinden, wird dies dank des GORILLA Programms auf spielerische Art und Weise vermittelt. Die rund 200 Schülerinnen und Schüler aus Bellinzona, Amriswil, Dübendorf, Suhr und Emmenbrücke, viele davon mit Migrationshintergrund oder mit wenig oder keinem Zugang zu Wintersport, durften einen Tag im Schnee verbringen und neben den Pisten Wissenswertes über eine ausgeglichene Ernährung und ein gesundes Trinkverhalten erfahren.

GORILLA, das von der Schtifti Foundation lancierte Programm, das für Spass und Bewegung steht, sorgt für alles: Die Klassen werden beim Schulhaus mit einem Car abgeholt und in der Lenzerheide vom GORILLA Team empfangen. Vor Ort wird ihnen die gesamte Ski- und Snowboardausrüstung zur Verfügung gestellt. Die hochmotivierten Schüler werden den ganzen Tag von Ski- und Snowboardinstruktoren begleitet und können ihre Fahrtechnik verbessern oder für sie neue Wintersportarten entdecken. Den GORILLA Ernährungsprofis liegt es sehr am Herzen, den Kindern und Jugendlichen Inputs zum Thema Ernährung und Trinkverhalten weiterzugeben. Dies geschieht jeweils nach dem offerierten Mittagessen mittels animierten Lernspielen. Wie viel Zucker sollte pro Tag eingenommen werden? Wie viele Würfelzucker stecken in einem Soda? Warum sollte Wasser getrunken werden und wie viele Liter pro Tag? So lauten einige der Fragen des GORILLA -Quiz, bei dem die Teilnehmer gleichzeitig Wissensinputs und Tipps für einen gesunden Alltag zu Hause erhalten. Die Wahl der Wahl zwischen einem Stück Schokolade oder zehn Felder Vorwärtsgen haben die Schüler auch bei einem weiteren GORILLA Lernspiel. Zudem lernen sie, dass der Durst am Besten mit Wasser gelöscht wird und dass bei Hunger ein Stück Apfel hilft. Weiter wird erläutert, welches Essverhalten zu Übergewicht führen kann. Dieses Thema ist von grosser Bedeutung, sind doch rund 30% der über 15-Jährigen in der Schweiz von Übergewicht betroffen.

Ziel dieser GORILLA Aktion ist es, Kinder und Jugendliche für Schneesport und einen gesunden Lebensstil zu begeistern. Dies ist bei den ersten Klassen bereits gelungen: „Dieser Tag war mega cool, ich kann nun einige Kurven fahren und zudem habe ich auch gelernt, was für den Körper gesund und wichtig ist“, so ein Schüler aus Amriswil. Diese Wintersport- und Lerntage sind dank der Zusammenarbeit und Unterstützung von HENNIEZ und den Destinationen Arosa Lenzerheide und Crans-Montana möglich. Nächste Woche, vom 17. bis 24. März, werden zehn Klassen aus der Romandie an den Wintersporttagen und GORILLA Lernspielen in Crans-Montana teilnehmen.

Die Erlebnisse der Klassen können nach den Lerntagen in Crans-Montana auf Video unter www.henniez.ch entdeckt werden.



Allgemeine Informationen

In Kürze...

Name Aktion	GORILLA Winter Workshop	
Datum	Vom 13. bis 17. März in Arosa Lenzerheide Vom 20. bis 24. März in Crans-Montana	
Leistungen	GORILLA lädt die Klassen in die Wintersportgebiete ein und übernimmt den Transport der Schulklassen, stellt die Ski- und Snowboardausrüstungen zu Verfügung, bietet Ski- und Snowboardkurse an, organisiert spielerische Ateliers rund um das Thema Ernährung und Trinkverhalten und stellt das Mittagessen zur Verfügung	
Programm	Morgen:	Ankunft
	Vormittag:	Ski- und Snowboardunterricht
	Mittag:	gemeinsames Essen
	Nachmittag:	Ateliers und Lernspiele zum Thema Ernährung und Trinkverhalten
		Ski- und Snowboardunterricht
	Abends:	Rückfahrt

Liste der Schulklassen aus der Deutschschweiz & Tessin:

MO 13.03.	Bellinzona TI : Scuola media Bellinzona, 2 Klassen
DI 14.03.	Amriswil TG: Schule Hemmerswil, 5. & 6. Klasse
MI 15.03.	Dübendorf ZH: Schule Grüze 5-7, Klasse 1. Sek Sekundarschule Stägenbuck, Klasse 2. Sek
DO 16.03.	Suhr AG: SEREAL Suhr - Schulhaus Ost, 2 Klassen
FR 17.03	Emmenbrücke LU : Gersag 2 Schule Emmen, 2 Klassen

Liste der Westschweizer Klassen:

MO 20.03	Payerne VD: Sekundarschule, 2 Klassen ;
DI 21.03.	Savigny VD: Collège, 2 Klassen ;
MI 22.03.	La Chaux-de-Fonds NE: Bellevue – EOCF, 2 Klassen;
DO 23.03.	Farvagny FR: CO du Gibloux, 2 Klassen;
FR 24.03.	Grône VS : Primarschule, 2 Klassen

Unterstützt von	HENNIEZ
Links	www.schtifti.ch , www.gorilla.ch & www.henniez.ch www.arosalenzerheide.ch & www.cransmontana.ch

Pressemitteilung & Fotos /Videos	Newsroom http://newsroom.dreamboxes.ch/gorillahenniez-de Passwort: db-news2017
---	--

Kontakt für die Medien	Dreamboxes, J-J. Rousseau 9b, 1800 Vevey Cornelia Forte, cornelia@dreamboxes.ch , 079 347 32 83
-------------------------------	--

