

## EU-Schulprogramm: Milch und Obst / Gemüse

Mit dem **Europäischen Schulprogramm** und ihren Programmkomponenten Milch (konventionell erzeugte Trinkmilch, ökologisch erzeugte Trinkmilch, Weidemilch mit dem Pro Weideland Label sowie laktosefreie Trinkmilch) und Obst und Gemüse stellt die Europäische Union Schulen finanzielle Unterstützung bereit, damit den Kindern regelmäßig Milchprodukte sowie Obst und Gemüse angeboten werden können. In Niedersachsen erhielten Schulen und Kitas für dieses Schuljahr die Möglichkeit, sich auf [www.schulprogramm.niedersachsen.de](http://www.schulprogramm.niedersachsen.de) für die kostenfreie Belieferung mit Obst und Gemüse und/oder Milch (ausschließlich Milch pur) zu bewerben. Zu den Bewerbungsbedingungen gehört u.a. die Durchführung sogenannter

pädagogischer Begleitmaßnahmen, zu denen auch diese Unterrichtsmaterialien „Gemeinsam schmausen in den Pausen“ zählen. Weitere Maßnahmen sowie die ausgewählten Schulen und die zugelassenen Schulmilchlieferanten sind auf dem Internetportal zu finden.

### Angebot von Milch und Mixmilch für alle Schulen:

Selbstverständlich können sich alle Schulen das ganze Jahr über weiterhin mit Milch und Milchlunchgetränken kostenpflichtig versorgen lassen.

### Wichtige Informationen finden Sie:

Milch in Schulen:  
[www.milchland.de/schulen-und-kitas/schulmilch.php](http://www.milchland.de/schulen-und-kitas/schulmilch.php)

Obst und Gemüse in Schulen:  
[www.dgevesch-ni.de](http://www.dgevesch-ni.de)



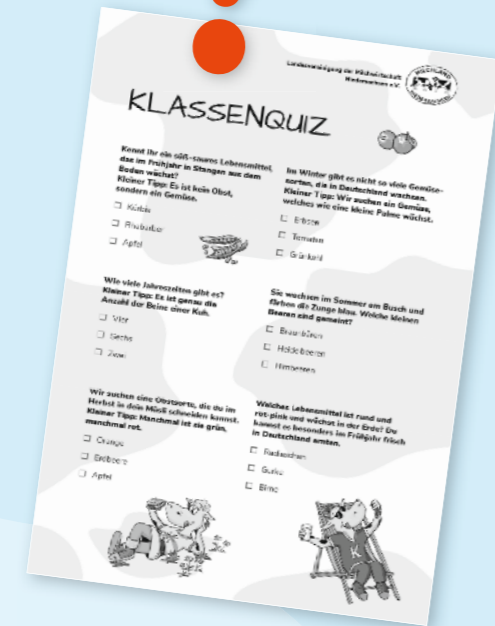
## KLASSENQUIZ mit tollen Preisen

Wer gemeinsam mit seiner Klasse Fragen zum Thema „**Mein Jahreszeiten-Frühstück**“ beantworten möchte, kann beim Klassenquiz attraktive Preise gewinnen.

**Einfach die richtigen Antworten ankreuzen und den Quizzettel bis zum 31.03.2021 an die rechtsstehende Adresse senden.**

Unter allen richtig eingesandten Fragebögen (ein Fragebogen pro Klasse) verlosen wir tolle Preise. Der Hauptpreis ist ein Besuch auf einem Bauernhof. Außerdem erwarten die Schulklassen tolle Sachpreise.

**Die Gewinner werden im Frühjahr 2021 ermittelt.**



Videos über das Leben und Arbeiten auf niedersächsischen Milchbauernhöfen ...



... finden Sie auf unserem YouTube-Kanal „My KuhTube Kids“



Landesvereinigung der Milchwirtschaft Niedersachsen e.V. (LVN)

Seelhorststraße 4 · 30175 Hannover  
Telefon: 0511 / 85 653-0 · Telefax: 0511 / 85 653-98

Gertrudenstraße 24 · 26121 Oldenburg  
Telefon: 0441 / 97 382-0 · Telefax: 0441 / 97 382-29

[www.milchland.de](http://www.milchland.de)  
[landesvereinigung@milchland.de](mailto:landesvereinigung@milchland.de)



Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. Sektion Niedersachsen (DGE)

Hildesheimer Straße 24 · 30169 Hannover  
Telefon: 0511 / 5441038-0 · Telefax: 0511 / 38890053

[www.dge-niedersachsen.de](http://www.dge-niedersachsen.de)  
[hennemann@dge-niedersachsen.de](mailto:hennemann@dge-niedersachsen.de)

## Frühstücksaktion „Gemeinsam schmausen in den Pausen“



## Mein Jahreszeiten-Frühstück



Landesvereinigung der Milchwirtschaft Niedersachsen e.V.





## Liebe Lehrerinnen und Lehrer,

„**Mein Jahreszeiten-Frühstück**“ lautet das diesjährige Motto von „**Gemeinsam schmausen in den Pausen**“. Ob Frühling, Sommer, Herbst oder Winter, die saisonale Vielfalt der Lebensmittel ist enorm – auch regional betrachtet. Die Vorteile liegen auf der Hand: intensiver Geschmack, geldbeutelsparend, möglicherweise frisch vom Landwirt nebenan oder sogar aus dem eigenen Garten und somit durchaus mit guter Umweltbilanz. Seien Sie kreativ und starten Sie schon beim Frühstück. Ob z.B. die selbstgezeugenen Kressesaaten das Quarkbrötchen verfeinern oder die sonnengreifen Erdbeeren in der Erdbeermilch den besonderen Geschmack herbeizaubern, für jeden ist bestimmt etwas dabei. So können Sie und Ihre Schülerinnen und Schüler **gemeinsam so richtig gut starten** und dabei **nachhaltig agieren**.

Viel Vergnügen und Spaß dabei herzlichst Ihre

*Dörthe Hennemann*

Dörthe Hennemann  
Dipl. Oecotrophologin  
DGE Sektion Niedersachsen



## Gemeinsam schmausen in den Pausen

„**Mein Jahreszeiten-Frühstück**“ lautet der Titel unserer diesjährigen Frühstücksaktion „**Gemeinsam schmausen in den Pausen**“. Mit unseren Materialien möchten wir Sie und Ihre Schülerinnen und Schüler bei einem gemeinsamen Frühstück in der Schule oder Zuhause unterstützen. Dazu zählen:

- 1 abwischbares Tischset pro Kind (DIN A3)
- 1 Stundenplan (DIN A4) zum Ausmalen pro Kind
- 1 Poster (DIN A2) für den Klassenraum
- 1 Lehrerinfo (DIN A4), inklusive einem Klassenquiz mit tollen Gewinnen
- 1 Elterninfo, inklusive attraktivem Gewinnspiel und Kalender für heimisches Obst und Gemüse, pro Kind

Wenn Lehrer / Eltern und Schüler täglich gemeinsam frühstücken und sich bewegen, ist das besonders nachhaltig für einen gesunden Lebensstil. Für das gemeinsame Schulfrühstück können 5 Minuten der ersten großen Pause sowie 5 Minuten der Unterrichtsstunde davor oder danach genutzt werden. Dann bleibt noch genügend Zeit für Bewegung und Entspannung an der frischen Luft.

### Wir wünschen viel Spaß beim gemeinsamen Schmausen!

Ihre  
Landesvereinigung der Milchwirtschaft  
Niedersachsen e.V.

## Unsere Themen rund um das Schulfrühstück:

- Klimagesund ernähren – regional und saisonal gehören dazu
- Mein Jahreszeiten-Frühstück
- Praktische Ideen für den Unterricht
- EU-Schulprogramm: Milch und Obst / Gemüse



## Klimagesund ernähren – regional und saisonal gehören dazu

Ein zentrales Thema, mit dem auch schon die Kleinsten konfrontiert werden, ist der Klimawandel. Unser Verhalten hat daran einen großen Anteil. Der größte Teil unseres persönlichen CO<sub>2</sub>-Ausstoßes entfällt auf Wohnen, Verkehr und Reisen, sowie Konsum. Circa 15 Prozent der ausgestoßenen Treibhausgase entstehen durch unsere Ernährung (Umweltbundesamt 2017). Mit einer „klimagesunden Ernährung“, also der bewussten Auswahl von Lebensmitteln, kann jeder Erwachsene und jedes Kind einen kleinen Beitrag dazu leisten, dem Klimawandel zu begegnen. Dabei spielt die Herkunft der Nahrungsmittel eine zentrale Rolle: denn je länger der Transportweg ist, desto stärker ist die Belastung für unser Klima. Besonders entscheidend bei der CO<sub>2</sub>-Bilanz eines Lebensmittels ist weiterhin der Grad der Verarbeitung. Je ursprünglicher / oder auch roh ein Lebensmittel ist umso besser. Deswegen sollten schon Kinder lernen, sich möglichst regional und saisonal zu ernähren. Dafür ist es wichtig, die vier Jahreszeiten als Leitfaden für die eigene Lebensmittelauswahl zu kennen.

- **Der Begriff** „Region“ ist gesetzlich nicht geschützt. Deshalb ist es beim Einkauf regionaler Lebensmittel ratsam, immer genau zu fragen, wofür die Angabe „regional“ steht.
- **Vorsicht:** Nicht von unbestimmten Werbebegriffen wie „aus der Region“ oder „von hier“ täuschen lassen!
- **Empfehlung:** Auf konkrete Regionsangaben achten, die Angaben im Regionalfenster beachten oder direkt beim Bauern kaufen.

REGIONAL?

## Mein Jahreszeiten-Frühstück

Jahreszeiten bestimmen unser Leben. Auswirkungen zeigen sich in erster Linie in der Natur und damit in der Landwirtschaft, bei der Kleidung, in der Freizeitgestaltung. Das Angebot der saisonal verfügbaren Nahrungsmittel verändert sich entsprechend. Dieses geht in Zeiten von Gewächshäusern und Importen aus fernen Ländern bei Kindern häufig verloren. Ein Besuch auf dem Wochenmarkt oder auch beim Direktvermarkter kann den

Einfluss der Jahreszeiten auf das Angebot von saisonalen / regionalen Obst- und Gemüsesorten bewusst veranschaulichen. Aber auch Tischset und Poster können zur Veranschaulichung der Jahreszeiten genutzt werden. Sie zeigen verschiedene Obst- und Gemüsesorten der vier Jahreszeiten. Milchprodukte haben immer Saison und lassen sich das ganze Jahr über mit saisonalem Obst und Gemüse kombinieren.



## Praktische Ideen für den Unterricht

Das Thema „Jahreszeiten“ kann auf verschiedene Weisen in den Unterricht integriert werden.

Im **Sachunterricht** können Veränderungen im Frühling, Sommer, Herbst und Winter beobachtet und dokumentiert werden. Dabei können die Kinder beispielsweise den Sonnenauf- und Sonnenuntergang oder die Temperatur zu einer bestimmten Uhrzeit notieren. Außerdem können die Veränderungen an Bäumen und Blumen beobachtet werden, z.B. wann sie blühen oder ihre Blätter abwerfen. Falls möglich können auch gemeinsame Marktbesuche und Einkäufe für ein Frühstück passend zur Jahreszeit durchgeführt werden. Außerdem können die Kinder hier „Detektiv“ spielen und herausfinden, welche Lebensmittel aus Deutschland kommen.

Im **Kunstunterricht** können die Kinder ihre Eindrücke vom Wochenmarkt oder Jahreszeiten-Bilder malen. Außerdem können sie mit Naturmaterialien wie Blättern, Blüten oder Ästen eigene Kunstwerke je nach Jahreszeit gestalten.

Im **Musikunterricht** können die Schüler Lieder (auch in Englisch) zum Thema Jahreszeiten singen.

Reime, Gedichte und Geschichten rund um die vier Jahreszeiten können im **Deutschunterricht** gelesen und thematisiert werden. Dabei können die Kinder manche Szenen pantomimisch nachstellen. Auch eigene Geschichten und Aufsätze können die Schüler zum Thema Jahreszeiten schreiben.

Im **Sportunterricht** kann zu Musik zum Thema Jahreszeiten getanzt werden. Zudem können sich die Kinder Tänze zu den Jahreszeiten ausdenken.

### Veranstaltungen:

Mithilfe von Projektwochen kann das Thema Jahreszeiten noch weiter vertieft und im Schulleben verankert werden. Dazu eignen sich viele Themen wie Wald oder Bauernhof. Bei **Wandertagen und Klassenfahrten** können immer auch Aktivitäten in der Natur geplant werden. Sei es im Wald beim Spielen mit Naturmaterialien (Hütten bauen, Bach anstauen usw.) oder auf dem Bauernhof mit einer Rallye.

Leckere Rezepte passend zu jeder Jahreszeit finden Sie auf unserem Rezeptportal [www.landgemachtes.de](http://www.landgemachtes.de).

Wer wissen möchte, wo die Milch herkommt, kann Milchbauern und ihre Milchkühe auf [www.mykuhtube-kids.de](http://www.mykuhtube-kids.de) entdecken.

