

Iserlohner Kreisanzeiger vom 18.03.2024

Letmathe

Kinder lernen über gesunde Ernährung

Letmathe. Das Nachhaltigkeitsprojekt des Caritasverbandes Iserlohn, Hemer, Menden, Balve freut sich auf einen ganz besonderen Gast aus dem Bereich der gesunden Ernährung.

Am Dienstag, 19. März, erhalten neugierige Kinder zahlreiche Informationen zu ihren Ernährungsgewohnheiten, beispielsweise woraus ein gesundes, schmackhaftes und vollwertiges Müsli besteht, und was sich hinter dem Begriff: „Snack für den kleinen Hunger“ verbirgt. Unter der Anleitung von Fachreferentin Svenja Schweizer aus Hemer, die Diplom-Ökotrophologin ist, erfahren die Projektteilnehmer, dass gesunde Ernährung nachhaltig fit und stark macht. Kinder werden selbst kreativ beim Zubereiten eines leckeren Müslis sein. Dafür benötigt werden ein Brettchen, Messer, eine Müsli-Schale und eine Tasse.

Das Haus Letmathe in Kooperation mit der Zweigstelle der städtischen Bücherei und der Projektleitung der Fluthilfe-Koordination Claudia Michel, freuen sich auf Kinder, im Alter zwischen sechs und zwölf Jahren. Weitere Infos gibt es unter 02371/818629 oder per E-Mail an c.michel@caritas-iserlohn.de.