Liebe Eltern,

in der weiterführenden Schule haben Ihre Kinder eine Menge zu leisten. Der Schulalltag ist oft viel anstrengender als ein Tag im Berufsleben. In sechs Schulstunden erarbeiten sich Ihre Kinder alle 45 Minuten ein anderes Leistungsgebiet. Welcher Job kann da mithalten?! Um dauerhaft konzentriert und ruhig zu arbeiten, brauchen Ihre Kinder gutes Hirnfutter. Ein gesundes Frühstück ist ebenso wichtig wie die richtigen Arbeitsmaterialien.

Mach ma´ Stulle

Nicht jedes Kind hat morgens Lust und Zeit zu frühstücken.
Machen Sie Ihren Kindern eine Brotbox.
Nach Kita und Grundschule sollten Sie diese Tradition weiterführen.

Sorgen Sie für Abwechslung beim Brote schmieren und legen Sie auch Obst hinein.
Na klar, darf auch eine Süßigkeit dazu.

Ganz wichtig ist hierbei auch ein Getränk: Wasser!

Gib ma´ Kohle

Fehlt morgens die Zeit Ihre Kinder zu versorgen, können sie sich auch am Schulkiosk etwas Gutes holen. Hier steht eine vielfältige Auswahl an belegten Brötchen, Getränken etc. zur Verfügung, und auch saisonale Angebote bieten Abwechselung.
Am Kiosk kann vor Schulbeginn und in den Pausen gekauft werden.

Doch hier ist die Verlockung groß sich lieber mit Cola und Chips den Tag zu versüßen.

Sprechen Sie mit Ihrer Familie darüber, dass ein Wasser zwischendurch und ein nahrhaftes Frühstück wichtig ist, bevor man zu Naschwaren greift.

Geht gar nicht!

Der Gang in den nahegelegenen Supermarkt während der Schulzeit, auch in den Freistunden, ist absolut verboten.
Zum Einen kommen Ihre Kinder selten mit etwas Gesundem da raus und zum Anderen verfällt beim Verlassen des Schulgeländes automatisch der Versicherungsschutz.
Dies gilt ebenso vor und nach der Schule.
Auf dem direkten Weg von zu Hause zur Schule, und umgekehrt, ist Ihr Kind über den Schulträger versichert.
Machen die Schüler jedoch noch einen kurzen Abstecher in ein Geschäft, verfällt dieser Schutz.

Unterstützen Sie uns und Ihre Kinder. Vielen Dank!

Eine Initiative der IGS Horhausen in Zusammenarbeit mit dem SEB