

## GESUNDHEIT

## «Der feine Unterschied» – das kantonale Aktionsprogramm «Thurgau bewegt» unterstützt das Theaterstück für die Mittelstufe

**Das Kantonale Aktionsprogramm Gesundes Körpergewicht Thurgau – neu vereinfacht «Thurgau bewegt» – unterstützt das Theaterstück des Theaters Bilitz zum Thema «Ernährung und Bewegung». Das Angebot richtet sich an die Mittelstufe, für Lehrerinnen und Lehrer ist ein thematisches Unterrichtsheft erarbeitet worden.**

Sonia Stürm, «Thurgau bewegt»

In den Medien liest und hört man immer mehr über die Bedeutung gesunder, ausgewogener Ernährung oder über diesbezügliches Fehlverhalten. «Ernährung» ist mittlerweile ein Thema, das in aller Munde ist. Mehr und mehr sind auch Kinder und Jugendliche von dieser Thematik betroffen.

Der Kanton Thurgau reagiert mit dem Kantonalen Aktionsprogramm «Thurgau bewegt» auf die Zunahme an übergewichtigen Kindern und Jugendlichen. Das Programm wird vom Kanton Thurgau, der Perspektive Thurgau «Prävention und Gesundheitsförderung» und Gesundheitsförderung Schweiz getragen. Es werden verschiedene Programme lanciert um die Kinder, Jugendlichen, Eltern und Lehrper-

sonen für einen bewussteren Umgang mit Ernährung und Bewegung zu sensibilisieren.

Im Sinne der Prävention ist es wichtig, den Schülerinnen und Schülern einen gesunden Umgang mit Nahrungsmitteln zu vermitteln und die richtige Balance von Ernährung und Bewegung aufzuzeigen, damit sie das Leben mit allen Sinnen geniessen können.

### Sinnliche Erfahrung durch Essen und Bewegen

Hören, Sehen, Schmecken, Riechen, Tasten – der Appetit koppelt sich eng an sinnliche Erfahrungen beim Essen und dieses wiederum stärkt die fünf Sinne.

Hinzu kommt die Eigenwahrnehmung (Orientierung im Raum, Körperbild) und der Gleichgewichtssinn. Das Stärken aller Sinne ist ein wesentlicher Faktor, um die äussere und innere Körperwahrnehmung aufeinander abzustimmen und zu harmonisieren.

### «Thurgau bewegt» sinnlich und theatralisch

Um an den Schulen einen sinnlichen Einstieg in die Ernährungs- und Bewegungsthematik zu ermöglichen, unter-

stützen wir mit einem finanziellen Beitrag die Aufführung «Der feine Unterschied» des Theaters Bilitz. Die Lehrpersonen erhalten ein Unterrichtsheft, welches in Zusammenarbeit mit «Thurgau bewegt» erarbeitet wurde und die Themen Ernährung und Wahrnehmung spielerisch und lehrreich aufgreift. Die Kinder werden auf ihre Wahrnehmung und Ernährungsgewohnheiten aufmerksam gemacht und für eine gesunde Lebensweise sensibilisiert. Das Theaterstück richtet sich an die Mittelstufe.

### «Der feine Unterschied»

Als Einstieg erfahren die Schülerinnen und Schüler eine kleine Welt der Sinne: Blind gehen sie über einen Minilaufsteg. Die Bodenbeschaffenheiten ändert, es kitzelt an den Füssen, es sticht oder es ist angenehm kühl. Da stehen oder liegen Dinge im Raum, ganz alltägliche, die plötzlich duften, kratzen, ans Ohr vordringen, es riecht aus einem Robidog oder duftet nach Vanille oder Nelken. Aus einem Briefkasten ertönen Geräusche, durch eine Öffnung ertasten die Hände Weiches, Schleimiges oder Rauhes.

Nach diesem kleinen Sinnesparcours folgt das grosse Experiment: Der feine Unterschied oder, wer schaut, der findet:

## Information

### «Der feine Unterschied» – Theater Bilitz

#### Anmeldung

Theater Bilitz  
Postfach 385  
8570 Weinfelden  
Tel. 071 622 88 80  
info@bilitz.ch  
www.bilitz.ch

#### Kosten

Die Mindestgage liegt bei Fr. 1'000.– zzgl. Spesen pro Tag (für zwei Aufführungen zu je max. 25-30 Schüler). Jede weitere Vorstellung kostet zusätzlich Fr. 500.– zzgl. Spesen.

#### Beitrag «Thurgau bewegt»

Mit finanzieller Unterstützung des Kantonalen Aktionsprogramms «Thurgau bewegt» bezahlen Thurgauer Schulen für die ersten zwei Vorstellungen nur Fr. 600.– zzgl. Spesen. Bei Aufführungen im

Theaterhaus Thurgau in Weinfelden entfallen die Spesen.

#### Kantonales Aktionsprogramm «Thurgau bewegt»

Gesundheitsförderung und Prävention  
Perspektive Thurgau und Amt für Volksschule  
www.thurgau-bewegt.tg.ch  
Tel. 052 725 02 02  
sonia.stuerm@perspektive.tg.ch



Auf den ersten Blick ist alles gleich. Auf den zweiten Blick aber entdeckt der genaue Beobachter, die Beobachterin da und dort Unterschiede – das grosse Experiment beginnt...

Zwei Szenen, zwei bewegte Bilder sind vorbereitet, Ort der Handlung ist der Gasthof zum Löwen. Die drei Servicefachangestellten Anna, Dora und Fritz decken den Tisch, eine ganz alltägliche Szene, nichts besonderes. Am nächsten Sonntag wiederholt sich die Szenerie. Wieder decken die Angestellten den Tisch, genau gleich, wie am Sonntag zuvor. Oder ist da etwa doch ein Unterschied? Wer kennt nicht die Rätselaufgabe «Finde den Unterschied» aus den Zeitschriften mit zwei selben Zeichnungen oder Bildern nebeneinander. Auf den ersten Blick ist alles

gleich. Auf den zweiten Blick aber entdeckt der genaue Beobachter, die Beobachterin doch da und dort Unterschiede. Genau das ist die Idee des Animationstheaters, nur dass die Bilder nicht nebeneinander zu sehen sind, sondern nacheinander. Und zusätzlich sind sie bewegt, was das Suchen noch etwas schwieriger macht.

#### Lust auf mehr?

Haben wir Ihr Interesse für das Theaterstück «Der feine Unterschied» als sinnlichen Einstieg in die Ernährungs- und

Bewegungsthematik geweckt? Dann melden Sie sich direkt beim Theater Bilitz. Das Aktionsprogramm «Thurgau bewegt» empfiehlt und unterstützt die Aufführungen ideell und finanziell. Die Verantwortlichen freuen sich über ein grosses Interesse der Thurgauer Mittelstufenlehrerinnen und -lehrer mit ihren Klassen.

[www.thurgau-bewegt.tg.ch](http://www.thurgau-bewegt.tg.ch)