

## WIKILINO Bildungsprogramm 2019:

### „Anna auf Entdeckungsreise zu den Achtsamkeitsplaneten“

In diesem Jahr lautet das Ziel: Kinder werden frühzeitig für einen achtsamen Umgang mit Ihrer Umwelt und sich selbst sensibilisiert. Im medienbasierten Workshop gehen die Kinder gemeinsam mit Protagonistin Anna auf Entdeckungsreise zu den Achtsamkeitsplaneten.

Sie erleben auf jedem Planeten Abenteuer, lösen Aufgaben gemeinsam und werden dabei von der WIKILINO Fachkraft Mandy begleitet. Wir begrüßten uns im Sportraum.



**wiKilino**  
Bildungsprogramm

Liebe Eltern,

Ihre Einrichtung nimmt am wiKilino Bildungsprogramm teil, das die Teilnehmer der **Deutschen Postcode Lotterie** für 22 Einrichtungen in Ihrer Region unterstützen. Ziel des Programmes ist es, die Kinder frühzeitig für einen achtsamen Umgang mit ihrer Umwelt und sich selbst zu sensibilisieren. Das Programm besteht aus einem Workshop und ergänzenden Lernmaterialien, mit denen die Kinder ihr Wissen vertiefen können. Begleitet werden die Kinder durch das Programm von der kleinen Anna und ihren Freunden.

Herzlichst Ihr wiKilino Team

Unterstützt von Teilnehmern der

**wiKilino**  
Innovative Bildungsprogramme



 **Achtsam mit der Erde und der Umwelt**

Ich bin die Erde. Es gibt viele Dinge, die jeder von Euch tun kann, damit alle Menschen auf der Erde gut leben können und es mir als Erde gut geht.

Beobachte doch mal die Tiere und Pflanzen vor deiner Haustür, denn dann erkennst du den Wert der Lebewesen. Vervollständige die Blumenwiese und zeichne die Lebewesen ein, die Du beobachtet hast.






**Achtsam mit der Energie**

Ich bin Lisa Lampe. Strom sparen, heißt Energie sparen. Finde heraus, welche Gegenstände Strom brauchen. Verbinde diese Dinge/Gegenstände mit der Steckdosenleiste, damit wir sie benutzen können.



# Achtsam mit Nahrungsmitteln

Mein Name ist Paul Pilz und ich liebe frische Lebensmittel aus der Region. Male in das Regal Obst oder Gemüse, was Du schon einmal selber gezogen hast oder was du gerne isst.





## Achtsam mit Wertstoffen

Ich bin Mia Mülltonne. Ich mag es nicht, wenn Müll herumliegt. Deswegen habe ich für Euch eine tolle Checkliste für die Hosentasche oder den Kühlschrank, die Euch Tipps gibt, wie man Müll vermeiden und damit Wertstoffe sparen kann.



1. Nimm Stofftaschen zum Einkaufen mit, statt Plastiktüten zu kaufen!
2. Benutze Mehrwegflaschen, statt Einwegflaschen!
3. Verwende Akkus, statt Batterien z. B. für deine Modelautos!
4. Für dein Frühstück nimm Brotdosen, statt Einwegverpackungen!
5. Beschreibe Papier immer von zwei Seiten bevor du es zum Altpapier bringst!
6. Reparieren kaputte Sachen, statt immer gleich wegschmeißen und neu kaufen!
7. Vermeide es Lebensmittel wegzuerwerfen.



## Achtsam mit Deinen Freunden

Ich bin Winnie Wunschbox. Auf Deiner Reise mit Anna hast Du viele Freunde kennengelernt und viele Tipps erhalten. Wende nun ein Achtsamkeitsexperte und wende Dein Wissen an.

-  Fahre mit dem Fahrrad oder laufe zur Schule.
-  Lies mal wieder ein Buch und lass den Fernseher aus.
-  Lass das Wasser nicht laufen, während Du Zähne putzt.
-  Schließe die Fenster, wenn die Heizung an ist.



Versuche auf eingepacktes Obst und Gemüse zu verzichten. So vermeidest du die Entstehung von Müll.

Kaufe Obst und Gemüse zur richtigen Zeit im Kalenderjahr.

Ziehe erstmal einen Pullover an, bevor Du die Heizung hochdrehst.


Bevorzuge Produkte, die fair gehandelt sind.

Spiele zusammen mit Deinen Freunden mal wieder ein Brettspiel und lass die Konsole am Rand liegen, denn die benötigt viel Strom. Mit Freunden etwas gemeinsames zu unternehmen, gibt auch Dir positive Energie.



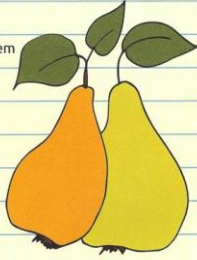




## Achtsam handeln


 Ich bin Alfred Affe und ich gehe mit Dir auf Supermarktsafari. Geh doch einfach mal mit Deiner Familie für ein Frühstück mit regionalen oder fair gehandelten Produkten einkaufen. Das können z.B. Eier oder auch Äpfel von einem Bauern deines Ortes sein. Du kannst aber auch Orangensaft oder Bananen, die über einen Aufkleber als fair gehandelte Produkte ausgewiesen sind, in den Einkaufskorb legen.

Überlege Dir vorher, was Du einkaufen möchtest. Male deine Ideen auf den Teller oder schneide Bilder aus einem Prospekt aus und klebe diese auf den Teller!





Zum Abschied erhielten wir die WIKILINO Kiste mit umfangreichen Arbeitsmaterialien, mit welcher wir alle Inhalte des Bildungsprogramm aufarbeiten können. Danke Mandy, danke Anna für eine supertolle Reise zu den Achtsamkeitsplaneten.



# Achtsam durchs Kalenderjahr

Ich bin Bea Biene. Mein Kalender zeigt Euch, welche regionalen Obst- und Gemüsesorten ihr zu welcher Jahreszeit ernten könnt. Hängt Euch den Kalender an den Kühlschrank und versucht beim nächsten Einkauf vor allem Obst- und Gemüsesorten der Saison mitzunehmen und etwas Leckeres daraus zu zaubern.

wiKilino  
renovative Bildungsprogramme

Frühling Sommer  
Herbst Winter

Labels: Petersilienwurzel, Radieschen, Spargel, Kartoffel, Karotte, Spilart, Rote Beere, Rosenkohl, Grünkohl, Kürbis, Moiss, Zwiebel, Apfel, Kartoffel, Birne, Pilze, Aaltesine, Erdbeere, Johannisbeeren, Brokkoli, Tomate.

wiKilino Bildungsprogramm

Kopiervorlage "Anna" zum Ausmalen

wiKilino Bildungsprogramm

Kopiervorlage "Anna" zum Ausmalen

wiKilino Bildungsprogramm