

## **Buchstäblich fit - Besser lesen und schreiben mit den Themen Ernährung und Bewegung**

Bundeszentrum für Ernährung gibt Material für Alphabetisierungskurse heraus

Die Speisekarte lesen, einen Kassenbon kontrollieren oder Abfahrtszeiten im Fahrplan heraussuchen - das sind für die meisten Menschen Selbstverständlichkeiten. Doch Menschen, die Schwierigkeiten mit dem Lesen und Schreiben haben, stellen diese Tätigkeiten alltäglich aufs Neue vor Herausforderungen.

Um die Menschen thematisch in ihrem Alltag abzuholen und ihren Schriftspracherwerb zu verbessern, eignen sich die Themen Essen, Trinken und Bewegung besonders gut. Das praxisorientierte Kursleitermaterial „Buchstäblich fit“ ist für den Einsatz in der Erwachsenenbildung gedacht und verknüpft diese Themen mit zahlreichen Übungen, die Lese- und Schreibanlässe bieten. Der hohe Lebensweltbezug der Übungen erleichtert den Teilnehmenden den Zugang zu den Materialien und hat einen motivierenden Charakter. Das Material bietet umfangreiche Übungen und Übungsformen zu ausgesuchten Lernfeldern wie Einkauf, Lebensmittelzubereitung, Genuss oder Sport und Bewegung im Alltag. Mit den verschiedenen Aufgaben wird stets das Lesen und Schreiben trainiert, gleichzeitig wird das Bewusstsein für Ernährung, Bewegung und Gesundheit gefördert.

Das Material ist differenzierbar und lässt sich flexibel und modular einsetzen. Es enthält ein Kursleiterheft mit einfachen Beschreibungen aller Übungen, ein Poster der Ernährungspyramide sowie 180 Wort-Bild-Karten, die für viele Übungen genutzt werden können und diese anschaulicher machen. Die knapp 300 Arbeitsblätter sind in verschiedenen Alpha-Leveln ausgearbeitet und können als PDF- und veränderbare Worddateien über einen geschützten Downloadbereich heruntergeladen werden.

In Kürze bieten wir zusätzlich kostenfreie Dozentenfortbildungen zu „Buchstäblich fit“ an. In den Fortbildungen erfahren Sie mehr über den effizienten Einsatz der Arbeitsmaterialien, erhalten Impulse für neue Lernformen und tauschen sich mit Kolleginnen und Kollegen aus. Das Material bietet neben der Methodenvielfalt eine große Zeitersparnis in der Vorbereitung und ist direkt einsetzbar. Teilnehmende der Dozentenfortbildung erhalten das Material kostenfrei.

Das Material wurde in Kooperation mit der Europa-Universität Flensburg entwickelt und bereits während der Entwicklungsphase mit Lerngruppen innerhalb der Erwachsenenbildung erprobt.

Weitere Informationen erhalten Sie unter [www.bzfe.de/alphabetisierung](http://www.bzfe.de/alphabetisierung)

BZfE-Unterrichtsmaterial für die Erwachsenenbildung „Buchstäblich fit - Besser lesen und schreiben lernen mit den Themen Ernährung und Bewegung“, Erstauflage 2017, Bestell-Nr. 1735, Preis: 18,00 Euro, zzgl. einer Versandkostenpauschale von 3,00 Euro (ab 20 Stück 30 Prozent Mengennachlass). Bestellungen nimmt das BZfE per E-Mail an [bestellung@ble-medien-service.de](mailto:bestellung@ble-medien-service.de) oder im BLE-Medien-service unter [www.ble-medien-service.de](http://www.ble-medien-service.de) entgegen.