



## Abschluss

---



Diese Anleitung ist für dich als Seminarleitung.

Die Anleitung hilft dir beim Üben und Vorbereiten.

Die Anleitung bitte nicht im Seminar vorlesen oder austeilen.

### Material:

- Flipchart-Papier mit den Merksätzen
- Quiz-Fragen „Lebensmittel“
- Buzzer
- Flipchart-Papier zum Punkte zählen
- Frage-Bögen für die Auswertung des Seminars
- Stifte

### Vorbereitung:

Lege alle Materialien bereit.

Bereite ein Flipchart-Papier für das Quiz vor. Auf dem Papier zählst du später die Punkte von jeder Gruppe.

### Aufgaben:

Sage den Teilnehmenden, dass das Seminar bald zu Ende ist und wir jetzt zusammen ein Quiz machen. Vorher kannst du zur Wiederholung noch einmal den Film „**Fertiggerichte und Gesundheit**“ zeigen.

## 1. Wiederholung der Merk-Sätze

Die Merksätze stehen auf dem Flipchart-Papier. Du kannst die Merksätze laut vorlesen.

Das sind unsere 4 Merk-Sätze:

- 1. Mit viel Obst und Gemüse bleibst du frisch und knackig!**
- 2. Fülle bei jedem Essen den halben Teller voll mit Obst und Gemüse!**
- 3. Lagere dein Essen gut, dann bleibt es länger haltbar!**
- 4. Unser Essen ist wertvoll – schaue, rieche und schmecke bevor du es wegwirfst!**

## 2. Quiz

Teile die Teilnehmenden in zwei Gruppen. Es gibt die Gruppe mit dem Namen Apfel und die Gruppe mit dem Namen Zwiebel. Bitte die Teilnehmenden, sich in den Gruppen zusammen zu setzen.

Gib jeder Gruppe einen Buzzer. Lass die Teilnehmenden die Buzzer einmal ausprobieren. WICHTIG: Alle sollen gut an den Buzzer rankommen. Vielleicht musst du dabei helfen.

Dann erkläre das Quiz: **„Ich lese eine Frage vor. Die Gruppe darf sich kurz beraten. Wenn ihr die Antwort wisst, dann drückt ihr**

***auf den Buzzer. Wer zuerst gebuzzert hat darf die Frage beantworten. Bei einer richtigen Antwort bekommt die Gruppe einen Punkt. Wenn die Antwort falsch ist, dann darf die andere Gruppe die Antwort sagen und bekommt einen Punkt. Wenn keine Gruppe die richtige Antwort weiß, gibt es keinen Punkt. Wer am Ende die meisten Punkte hat, hat gewonnen.“***

Eine andere Person notiert die Punkte auf einem Flipchart-Papier. Sage laut welche Gruppe einen Punkt bekommt. Am Ende hat eine Gruppe gewonnen.

### **3. Auswertung mit dem Fragebogen**

Dann kommen wir zur Auswertung des Seminars. Erkläre kurz, warum wir eine Befragung machen. Sage zum Beispiel: ***„Um besser zu werden, möchten wir von euch wissen, wie es euch heute gefallen hat. Bitte füllt den Frage-Bogen ehrlich aus. Auch schlechte Antworten helfen uns sehr. Schreibt bitte keine Namen auf den Bogen.“***

Teile den Frage-Bogen an alle aus.

Lies jede Frage laut vor und warte bis alle ihre Antwort eingetragen haben.

Wenn eine Person nicht lesen oder schreiben kann, dann suche ihr Unterstützung.

Sammle danach alle Frage-Bögen wieder ein.

#### 4. Auswertung im Gespräch

Jetzt können die Teilnehmenden dir persönlich sagen, was ihnen gefallen hat und was nicht. Frage in die Runde:

- **„Wie hat euch das Seminar gefallen?“**
- **„Was können wir das nächste Mal besser machen?“**

Schreibe die Antworten auf ein Blatt Papier.

#### 5. Frage-Runde

Zum Schluss können die Teilnehmenden Fragen an dich und die andere Seminarleitung stellen.

#### 6. Verabschiedung

Sage am Ende Danke und Auf Wiedersehen.

Du kannst auch Werbung für die anderen GESUND!-Seminare machen.