



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:

- Film „Wasser ist gesund“ und ein Gerät zum Abspielen sowie Boxen zum Hören
- Quiz-Fragen „Getränken und Verpackungen“
- Buzzer
- Flipchart-Papier zum Punkte zählen
- Teebeutel einzeln verpackt (so viele wie Teilnehmende da sind)
- Rezepte
- Frage-Bögen für die Auswertung des Seminars
- Stifte

Vorbereitung:

Bereite den Film zum Abspielen vor. Versichere dich, dass man den Film gut hören und sehen kann.

Zähle die Teebeutel ab. Wenn 6 Leute mitmachen, dann nimm 3 Teebeutel von einer Sorte und 3 Teebeutel von einer anderen Sorte.

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

Lege alle weiteren Materialien bereit.

Aufgaben:

Sage den Teilnehmenden, dass das Seminar bald zu Ende ist und wir jetzt zusammen einen kurzen Film anschauen und ein Quiz machen.

1. Film

Zeige den Film zum 2. Seminar.

Rede danach mit den Teilnehmenden über den Film. Du kannst fragen: **„Wie hat euch der Film gefallen? Habt ihr noch Fragen dazu? Was ist euch aufgefallen?“**

Du kannst den Film auch noch ein 2. Mal zeigen, wenn die Teilnehmenden das wollen.

2. Quiz

Teile die Anwesenden in zwei Gruppen. Dafür lässt du jeden Teilnehmenden einen Teebeutel auswählen. Alle Teilnehmende mit der gleichen Sorte sind eine Gruppe, sie dürfen die Teebeutel behalten. Sie setzen sich als Gruppe zusammen.

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.“***

Jede Gruppe darf einmal den Buzzer ausprobieren, dann geht es los. Lies laut und langsam die erste Frage vor.

Eine andere Person notiert die Punkte auf einem Flipchart-Papier. Sage laut welche Gruppe einen Punkt bekommt. Am Ende hat eine Gruppe gewonnen. Alle aus dieser Gruppe bekommen noch einen Teebeutel ihrer Wahl (oder einen anderen Preis).

3. Austeilen der Rezepte und kurze Wiederholung der wichtigen Inhalte

Nachdem sich alle wieder auf ihren Platz gesetzt haben, verteilst du unsere Rezepte.

Lest die erste Seite gemeinsam. Wiederhole dann mit den Teilnehmenden die wichtigsten Sachen aus dem Seminar.

Du kannst die Teilnehmenden auch fragen, was sie in Zukunft besser machen können.

Das können die Teilnehmenden zum Beispiel tun:

- Achte beim Einkauf auf die Verpackung und kaufe lieber Mehrweg-Flaschen.
- Benutze eine eigene Trinkflasche und fülle sie immer neu auf. So kannst du Geld sparen und machst nicht so viel Plastikmüll.
- Trinke vor jeder Mahlzeit ein großes Glas Leitungs-Wasser.
- Probiere mal Wasser mit einem Spritzer Zitronensaft! Das ist lecker und gesund.

4. Auswertung mit dem Frage-Bogen

Dann kommen wir schon zu der Auswertung des Tages. 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 Teilnehmenden 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.

5. 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.

6. Frage-Runde

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

7. Verabschiedung

Sage am Ende Danke und Auf Wiedersehen.

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