

## Wie können Eltern „Trinken im Unterricht“ unterstützen?

- Überzeugen Sie die Lehrer Ihrer Kinder, dass sich durch „Trinken im Unterricht“ die Flüssigkeitsversorgung der Schüler verbessert und dadurch die Konzentration steigern kann.
- Machen Sie auf die Initiative „Trinken im Unterricht“ aufmerksam und gewinnen Sie andere Eltern als Verbündete.
- Besprechen Sie mit den Lehrern, wie Sie „Trinken im Unterricht“ an der Schule Ihrer Kinder umsetzen können. Bieten Sie Ihre Unterstützung an.
- Das Allerwichtigste: Motivieren Sie Ihre Kinder, ausreichend Mineralwasser zu trinken – nicht nur in der Schule, sondern auch zu Hause.



## Weitere Informationen zu „Trinken im Unterricht“

- [www.trinken-im-unterricht.de](http://www.trinken-im-unterricht.de)
- Kostenlose Lehrerfortbildungen der IDM
- Broschüre „Trinken im Unterricht – Ein Leitfaden für Lehrer“
- Unterrichtsmaterial für Grund- und weiterführende Schulen



# Trinken im Unterricht



IDM-Informationszentrale  
Deutsches Mineralwasser  
c/o Kohl PR & Partner  
Heinrich-Brüning-Str. 9, 53113 Bonn

Service-Leitungen\*:

Telefon: 01805 – 45 33 33

Fax: 01805 – 45 33 44

(\*0,14 Euro/Min. aus dem deutschen Festnetz, max. 0,42 Euro/Min. aus deutschen Mobilfunknetzen)

E-Mail: [IDM@mineralwasser.com](mailto:IDM@mineralwasser.com)

[www.mineralwasser.com](http://www.mineralwasser.com)

[www.trinken-im-unterricht.de](http://www.trinken-im-unterricht.de)

Auflage 2011



## „Trinken im Unterricht“ – Grundlage für erfolgreiches Lernen

Die Initiative „Trinken im Unterricht“ der Informationszentrale Deutsches Mineralwasser (IDM) hat das Ziel, die Bedeutung einer ausreichenden Flüssigkeitsversorgung im Schulalltag bewusst zu machen. Die Erfahrungen zahlreicher Lehrer zeigen, dass sich die Trinkerlaubnis problemlos im Unterricht umsetzen lässt.

Schülern sollte es während des Unterrichts erlaubt sein, Mineralwasser zu trinken, um Flüssigkeitsmangel vorzubeugen. Dies fördert ihre Konzentration und Leistungsfähigkeit.

**Unterstützen Sie als Eltern „Trinken im Unterricht“ und sorgen Sie so für eine optimale Flüssigkeitsversorgung Ihrer Kinder in der Schule.**



## Hintergrund der Initiative



- Viele Schüler trinken zu wenig, denn an Schulen ist häufig das Trinken während des Unterrichts nicht erlaubt. In den Pausen denken die meisten Kinder aber nicht daran, ausreichend Flüssigkeit aufzunehmen. Die Folge: Die Schüler laufen Gefahr, dass ihre Konzentrations- und Leistungsfähigkeit abnimmt.
- Der Zusammenhang zwischen ausreichender Flüssigkeitsversorgung und geistiger sowie körperlicher Leistungsfähigkeit ist wissenschaftlich belegt.
- Die IDM möchte Schulleiter und Lehrer dazu anregen, ihren Schülern das Trinken im Unterricht zu erlauben. Sie unterstützt sie dabei mit kostenlosen Fortbildungsveranstaltungen und Informationsmaterial.
- In der Broschüre „Trinken im Unterricht – Ein Leitfaden für Lehrer“ hat die IDM alle wichtigen Informationen über richtiges Trinken zusammengestellt. Sie gibt Tipps für die Umsetzung der Trinkerlaubnis im Unterricht. Unterrichtseinheiten und eine CD mit zahlreichen Arbeitsblättern ergänzen die Broschüre um hilfreiches Material für Lehrer.
- Natürliches Mineralwasser ist ein idealer Durstlöscher, auch in der Schule: Als Naturprodukt versorgt es – neben der notwendigen Flüssigkeit – die Schüler mit wichtigen Mineralstoffen und Spurenelementen.

## Was bringt „Trinken im Unterricht“ für die Schüler?

- Schüler, die ausreichend mit Flüssigkeit versorgt sind, lernen leichter und können sich besser konzentrieren.
- Wenn Schüler während des Unterrichts trinken dürfen, sind sie den ganzen Tag über deutlich besser mit Flüssigkeit versorgt. Denn das, was sie im Unterricht trinken, entspricht in etwa der Menge, die ihnen zuvor im Tagesverlauf gefehlt hat.
- „Trinken im Unterricht“ regt die Schüler zu richtigem und regelmäßigem Trinkverhalten an. Auch außerhalb der Schule wird die Angewohnheit Mineralwasser zu trinken, von den Schülern übernommen.

