



Die vier Jahreszeiten eines Baumes – Spiel der Herausforderungen



Bei diesem Spiel kann man sich **80 Herausforderungen** stellen, alleine, mit Freundinnen und Freunden oder in der Familie. Die Spielideen lassen sich nach Lust und Laune anpassen, der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

Das Kartenspiel verbindet Essen und Bewegung mit Unterhaltung: Es wird experimentiert, probiert und gelacht! Die Herausforderungen richten sich nach den vier Jahreszeiten, sowohl für die Aktivitäten als auch für die Nahrungsmittelvorschläge. Spielerisch entdecken die Kinder die **Freude am Essen und an der Bewegung**, fühlen was schön und gut ist, entwickeln sich weiter – und dies mit einem Lächeln auf dem Gesicht...

Das Spiel richtet sich an Kinder im Alter von **3 bis 12 Jahren**. Manchmal ist die Unterstützung der Eltern oder einer Begleitperson nötig.



ETAT DE FRIBOURG
STAAT FREIBURG



Direction de la santé et des affaires sociales DSAS
Direktion für Gesundheit und Soziales GSD



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Der Baum auf der Rückseite zeigt die Jahreszeit an, die Piktogramme auf der Vorderseite bedeuten Folgendes:



So lange dauert die Herausforderung (weniger als 5 Min. oder rund 15 Min.).



Es muss besonderes Material bereitgestellt werden.



Die Herausforderung kann drinnen (Zuhause oder in der Schule) durchgeführt werden.



Die Herausforderung sollte draussen in der Natur stattfinden.



Die Herausforderung kann im öffentlichen Raum stattfinden: Warteschlange, Restaurant, Wartezimmer, ...



Die Herausforderung findet am Tisch statt.



Die Herausforderung kann unterwegs stattfinden (Auto, Zug, Flugzeug, ...).



Die Herausforderung geht im Heft weiter und zwar mit einer Zeichnung, einer Collage, einem Quiz, ...