

Projekt

*** Glückchheit ***

Kindern Gesundheit schenken

Investieren Sie in die Gesundheitsausbildung der Kinder in Ihrer unmittelbaren Umgebung nach dem Motto
„Gesundheit ist nicht alles, doch ohne Gesundheit ist alles nichts!“

Gesunde Ernährung ist heutzutage keine Selbstverständlichkeit mehr und auch nicht mehr so einfach, weil durch das Überangebot in den Supermärkten und der Schnelllebigkeit unserer Zeit vieles, was früher ‚normal‘ war, nicht mehr zu Hause erlebt wird. Damit wird das althergebrachte Wissen rund um gesunde Ernährung und das Zubereiten von Speisen nicht mehr weitergegeben. Das hat fatale Folgen für unsere Kinder und langfristig auf unsere Gesellschaft. Mit meinem Buch „Larabella, die Glückchkeitsfee, Mission: Gemüseninja“, bekommen die Kinder auf kreative Weise Informationen über gesunde Ernährung, die in eine Geschichte verpackt sind, die sie verstehen und damit langfristig auch umsetzen können.

★ **Das Buch entstand** nachdem ich 3 Jahre lang an Wiener Schulen Ernährungsworkshops gemacht habe. Ich habe dabei mit ca. 2500 Kindern gearbeitet und erkannt, dass die Kinder teilweise bereits sehr viel über gesunde Ernährung wissen, aber nicht verstehen, warum sie sich gesünder ernähren sollen, solange es ihnen auch so gut geht! Der Vorsorgegedanke ist – wie bei den meisten Erwachsenen auch – nicht vorhanden. In dieser Zeit entstanden 3 Bücher, die spielerisch den Kindern diese für sie so wichtige Thematik ‚erzählen‘. Der erste Band ist im April 2018 erschienen und er handelt von den Gemüseninja, die coole Vorbilder sind und sich gut ernähren, weil sie das auch bleiben wollen. Auch spielt hier die Darmgesundheit mit hinein und erklärt auf lustige und liebevolle Weise, warum es wichtig ist, auf unseren Körper aufzupassen.

★ Wer bin ich?

Mein Name ist Gabriele Sirotek (52, Wien). Ich bin seit 20 Jahren TCM-Ernährungsberaterin und selbst Mutter von 3 Kindern (22,15,12). Mein Herz schlägt für die Gesundheitsvorsorge für Groß und – besonders – für die Kleinen, weil sie von uns Erwachsenen abhängig sind und sich uns als Vorbilder nehmen. Die vor allem ernährungsbedingten Zivilisationserkrankungen nehmen zu und betreffen mittlerweile auch schon Kinder. Damit können diese nicht mehr unbeschwert Kind sein und einfach glücklich und gesund aufwachsen. Das tut mir weh und ich möchte etwas dagegen tun. Daher setze ich mich schon seit Jahren dafür ein, zu informieren und Kinder spielerisch für gesunde Ernährung zu begeistern.



★ Warum dieses Projekt?

Das Buch soll jetzt dorthin zurückkehren, woher die Idee stammte – nämlich zu den Volksschulkindern, wo alles Wissen noch wie ein Schwamm aufgesaugt wird. Mittlerweile sind auch Pädagogen auf mein Buch aufmerksam geworden und verwenden es im Unterricht.

Das brachte mich auch auf die Idee, dieses Projekt zu gründen. Ich habe mit einigen Direktoren gesprochen und die Schulen sind sehr daran interessiert, haben doch kein Budget dafür. Aus Gründen der Sinnhaftigkeit und Nachhaltigkeit, mache ich dieses Projekt nur mit Pädagogen, die an mich herantreten und auch bereit sind, nach der Lesung mit den Kindern das Thema mit den Materialien durchzuarbeiten.

Es wird schon sehr viel gespendet und das ist schön und auch richtig, denn es geht uns finanziell auch wunderbar hier. Wir haben von allem und reichlich. Allerdings werden genau durch diesen Wohlstand unsere eigenen Kinder immer dicker und kränker, einfach weil fehlernährt sind und sich nicht mehr genug bewegen. Genau da möchte ich ansetzen und etwas verändern – Schritt für Schritt. Jeder Betrag, der hier für unsere Kinder verwendet wird, ist ein Geschenk an uns selbst, denn sie sind UNSERE Zukunft!

Ich suche Sie als Unternehmerin und Unternehmer, der mit Verantwortung hier positive Zeichen setzt und mich und die Kinder dabei unterstützt, eine gemeinsame und gesündere Zukunft zu gestalten!

Wenn mehrere Menschen mit denselben Werten, die etwas bewegen wollen, zusammen treffen, dann entstehen **wunderbare Win-Win-Situationen für alle Beteiligten:**

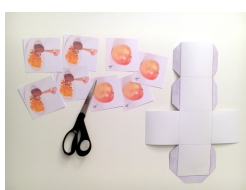
- Die **Kinder** werden auf kreative und spielerische Weise inspiriert für ein Leben voll Gesundheit, Begeisterung und Eigenverantwortung.
- Die **Schulen** erhalten erprobte und qualitativ hochwertige Unterstützung in dieser für uns alle sehr wichtigen Angelegenheit.
- Sie als **UnternehmerIn** können in Ihrer unmittelbaren Umgebung Gutes tun und die Sponsoring-Ausgaben sogar betrieblich absetzen!

✪ Mit dem **Projekt *Glücklichkeit*** - Kindern Gesundheit schenken, können Sie in Ihrem Wohnort, den Kindern in der Volksschule ein Buch samt nachhaltigem Rundum-Materialpaket für die Klasse schenken.

Für die **Lesung** komme ich persönlich und lese das Buch den Kindern vor – gerne signiere ich die Bücher danach auch für die Kinder, wenn sie das möchten!

Das **Materialpaket** für die Klassen besteht aus

- einem **Leitfaden** für die Lehrer, wo meine Workshop-Ideen samt Erfahrungen der 3 Jahre mit den Kindern als Inspiration zusammengefasst ist.
- einem **Larabella – Gemüse – Memory**, damit die Kinder auf verschiedenste Spielvarianten die heimischen Gemüsesorten ‚wieder kennenlernen‘!
- der **Ninja-Ernährungs-Pyramide** als Bausatz – aus 9 x 9 cm Karton zum selbst Zusammenbauen. Sie ist natürlich an die österreichische Ernährungspyramide angelehnt, aber sie ist zum Anfassen und Erleben gedacht.
- auf Anfrage inkl. der Originaldateien für die Pädagogen



Die NINJA – Pyramide

Die mit den  markierten Lebensmittel sind besonders gesund für uns und sollten daher reichlich gegessen bzw. getrunken werden!



☛ Wie können Sie das Projekt nun mit mir umsetzen?

**Sie kaufen für jedes Kind in der Klasse, die unterstützt wird,
ein Buch und bezahlen den UVP von € 20,60 je Buch!**

Dafür erhalten Sie:

- die Möglichkeit einen Aufkleber mit Ihrem Logo im Buchdeckel zu platzieren (wenn mehrere Sponsoren die Klasse unterstützen ist es ein gemeinsamer Aufkleber). Diese Werbung bleibt in den Haushalten – Bücher werden selten weggeworfen, Flyer schon! ;-)
- eine Rechnung für diese Sponsoringausgabe von mir.
Als Beleg zur Rechnung erhalten Sie ein Foto, wo dieser Aufkleber im Buch ersichtlich ist und eines von der Übergabe an die Lehrerin der jeweiligen Klasse. Damit ist diese Aufgabe für Sie steuerlich absetzbar!
- Auch ist der positive PR-Faktor zu nennen. Die Übergabe der Bücher wird jedenfalls in Wort und Bild auf unserer Seite festgehalten und kann natürlich auch vom Unternehmen als Beitrag für soziale Projekte genannt werden.
- Auch bemühe ich mich darum, dass Beiträge über das jeweilig Sponsoring online als auch in offline Medien der Region berichtet wird.

Die Kinder erhalten von mir:

- **das Buch** mit dem Hinweis, dass Sie es gesponsert haben!
- **eine Lesung pro Klasse** mit mir persönlich oder einer liebevollen und begeisterten Mutter, Oma, Pädagogin,...
- Die Klassenlehrerin erhält **das Begleitpaket** für die nachhaltige Aufarbeitung nach der Lesung:
 - o ein **Vorlesebuch für die Klasse**
 - o den **Leitfaden**
 - o das **Larabella - Gemüsememory**
 - o die **Ninjapyramide** als Bausatz

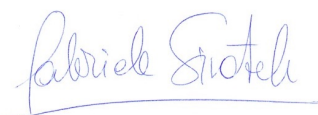
☛ ein Rechenbeispiel:

Wenn in einer Klasse 26 Kinder sitzen, dann kostet Sie dieses Projekt für diese Klasse $€ 20,60 \cdot 26 = \mathbf{€ 535,60}$

Um den Rest – die Organisation, die Materialien, die Zeit für das Bekleben, Vorlesen, Ausliefern,... - kümmere ich mich, das sehe ich als MEINEN Beitrag zu dieser Welt!

Ich danke herzlich für Ihre Unterstützung!

Alles Liebe und gesunde Grüße



Leopoldsdorf bei Wien, 16.8.2022



Du hast Lust, mit meinem Buch
eine Lesung
in einer Volksschulklasse
in deiner Nähe
zu machen?

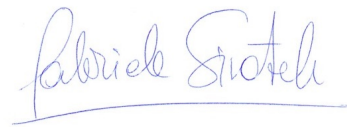
Dann habe ich folgenden Vorschlag für dich:

- Wenn du für eine Klasse eine Lesung machen möchtest, sprichst du natürlich zuerst mit der Pädagogin darüber und kümmerst dich dann um **einen Sponsor** in Nähe der Schule (damit es für das Unternehmen auch wirklich Sinn macht ;-))
Du kannst dafür gerne das angehängte pdf verwenden und natürlich auch mich kontaktieren, wenn du Fragen dazu hast!
- Wenn alles vereinbart ist, stelle ich dem Sponsor eine Rechnung und **du erhältst von mir alle Bücher und Unterlagen, die du für die Lesung benötigst** und natürlich auch ein persönlich signiertes Buch von mir für dich!
- Ich schicke dir also **ein Paket mit**
 - den Büchern für jedes Kind der Klasse,
 - ein Lesezeichen für jedes Kind der Klasse,
 - einem Exemplar für die Klasse, das ich auch gerne persönlich signiere,
 - dem Gemüsememory für die Klasse,
 - einem Leitfaden für die Pädagogen,
 - einem Bausatz für die Ninja-Pyramide,
 - den Aufklebern mit dem Logo des Sponsors
 - und ein signiertes Buch für dich!
- Den **Termin für die Lesung machst du selbst vor Ort mit den Pädagogen aus** und beraumst ca. 1 Stunde dafür ein! Am Tag der Lesung bringst du die Materialien in die Schule, stellst dich den Kindern vor, erzählst vielleicht kurz, warum du dieses Buch magst, die Lesung machst, dich für gesunde Ernährung interessierst,... und liest das Buch den Kindern vor. Danach verteilst du an jedes Kind ein persönliches Exemplar,

das du auch mit dem Namen des Kindes versehen kannst, wenn du möchtest und wenn es die Zeit erlaubt!

- Bitte mach' auch Fotos mit den Pädagogen und dir samt dem Buch, damit ich diese samt Sponsor auf die Larabella-Homepage www.larabella.net stellen kann. Die Kinder dürfen meistens nicht – und wenn dann nur von hinten – auf den Fotos drauf sein!
- Sobald das Geld des Sponsors bei mir eingelangt und die Lesung erfolgt ist, überweise ich dir **dein ,Lesehonorar', das pro Lesung bei € 100,-** liegt!
- Ich freue mich über dein Interesse und auf unsere Kooperation! Melde dich gerne unter gsirotek@icloud.com oder +43 699 13 18 99 12

Alles Liebe und gesunde Grüße,

A handwritten signature in blue ink, reading "Fabrice Sioteli". The signature is written in a cursive style and is underlined.

Leopoldsdorf bei Wien, 16.8.2022