



ERNÄHRUNGSRAT
HEIDELBERG



ZAHNPUTZFUCHS

Stempeln, sammeln, freuen!

Der Ernährungsrat Heidelberg und Zahnputzfuchs e. V. laden Einrichtungen und Familien herzlich ein, im November 2026 bei der Kampagne „**Heidelberger November süß.bewusst.schlau**“ mitzumachen. Mit unserer Aktion „Stempeln, sammeln, freuen!“ möchten wir Kindern im Alltag zeigen, dass Freude, Anerkennung und kleine Belohnungen auch ohne Süßigkeiten möglich sind.

Verschiedene Arztpraxen, Apotheken, Sportvereine und weitere Anlaufstellen für Kinder geben bereits Anfang November ein von uns gestelltes Stempelheft aus. Dieses Heft nehmen die Kinder mit nach Hause und bringen es bei weiteren Besuchen wieder mit. Bei jedem Besuch gibt es einen Stempel. Dabei spielt es keine Rolle, ob die jeweilige Einrichtung bisher Süßigkeiten an Kinder ausgegeben hat. Wir stellen die benötigten Materialien kostenlos zur Verfügung. Darunter fallen Hefte, Stempel, Plakate und ein Leitfaden zur Kampagne.



Ende November findet ein gemeinsamer Aktionstag für die Kinder, Einrichtungen und Sponsoren statt. Kinder mit ihrem gefüllten Stempelheft (mindestens ein Stempel) können sich dort eine kleine Überraschung abholen. Auch Kinder, die bis dahin noch kein Heft haben, können an diesem Tag einen erhalten und anschließend mit dem Sammeln beginnen. Langfristig soll das Heft weiter genutzt werden. Teilnehmende Einrichtungen können selbst entscheiden, ob sie zusätzlich kleine Süßigkeiten freie

Aufmerksamkeiten wie bspw. Ausmalbilder, Sticker oder Murmeln anbieten.