

Die Norddeutsche
04.06.2016

Heideschüler tischen für Eltern auf

Drittklässler absolvieren Ernährungsführerschein / Kaltes Buffet zum Projektabschluss

VON GABRIELA KELLER

Schwanewede. Normalerweise kochen Eltern für ihre Kinder. In der Heideschule war es jetzt mal umgekehrt. Schüler der Klasse 3a hatten ihre Mütter und Väter zum Essen eingeladen. In der Bühnenaula tischten die Drittklässler zum Abschluss eines Ernährungsprojektes auf.

Knabbergemüse mit Dip als Vorspeise, lustige Brotgesichter mit Gurke und Paprika und Nudelsalat als Hauptgericht und zum Abschluss ein Schlemmerquark – Leckeres und vor allem Gesundes hatten die Mädchen und Jungen zubereitet. Das kalte Buffet war zugleich die praktische Prüfung für den „aid-Ernährungsführerschein“. So heißt ein vom Bundes-Ernährungsministerium gefördertes Projekt, das von Landfrauenvereinen in Deutschland organisiert und angeboten wird.

An der Heideschule, die sich seit vielen Jahren mit ihren dritten Klassen beteiligt, begleitete Anja Knübel-Gröger das sechswöchige Projekt. Die Schwaneweder Landfrau und gelernte Hauswirtschafterin bereitete mit den Schülern verschiedene Kartoffelgerichte zu und vermittelte dabei Wissenswertes über gesunde Ernährung und die Zubereitung von Speisen. Auch Hygiene beim Arbeiten in der Küche und Tischkultur waren Themen beim Ernährungsführerschein.

Mit der Farbenlehre der Ernährungssampel kennen sich die Heideschüler jetzt aus: Für Süßigkeiten etwa zeigt die Ampel Rot, davon sollte man nur wenig essen. Öfter zu-

langen, das wissen die Drittklässler nun, dürfen sie bei Obst, Gemüse und Getreide. Da gibt die Ampel grünes Licht. Die praktisch gewonnenen Erkenntnisse beim Kochen wurden im Sachkunde-Unterricht vertieft. Das Gelernte wurde bei der Zubereitung des Buffets gleich umgesetzt. Statt mit fetter Butter wurden die Vollkorn-Brotgesichter mit Frischkäse bestrichen, den Schlemmerquark bereicherten Weintrauben und Bananen.

Einige der Kinder hatten ihre frisch erworbenen Kenntnisse und Fähigkeiten auch schon zu Hause in der Küche ausprobiert. „Mein Sohn hat beim Karottenschälen geholfen und darüber aufgeklärt, dass zu viel Salz und Zucker nicht gesund sind“, erzählt die Mutter von Leon Bak. Katrin

Neye und ihr Sohn Nils sind sich schon einig: Den Nudelsalat wollen sie auch demnächst beim Grillen im Garten auftischen. Den Ernährungsführerschein findet die Mutter gut. „Viele Kinder lernen zu Hause ja oft nicht mehr, was gesunde Ernährung bedeutet.“

Der Schulverein finanziert das Projekt. In diesem Jahr gab es erstmals auch einen Sponsor. Vom Kiwanis Club Bremen Ginkgo waren Waltraud Zedel, Helga und Peter Neumann zum Abschlussessen nach Schwanewede gekommen. Der Klub spendierte 1200 Euro. „Wir fördern ausschließlich Projekte für Kinder“, erklärt Waltraud Zedel. Der Führerschein sei ein Superprojekt, denn: „Gesunde Ernährung ist für Kinder sehr wichtig.“



Zum Abschluss ihres Ernährungsprojektes hatten die Schüler der Klasse 3a für die Eltern ein kaltes Buffet vorbereitet. Es gab Knabbergemüse, lustige Brotgesichter, Nudelsalat und Schlemmerquark.

GKE-FOTO: GABRIELA KELLER