

Wer gesund isst, ist gesund!

Category: Aus dem Schuljahr 2019/20

11. November 2019

Bericht und Fotos: Claudia Kirstein

Beim Thema „Rund um die Kartoffel“ spielt auch die Ernährung in der Klasse 2 der Ederseeschule Herzhausen derzeit eine große Rolle.

Neben allen wichtigen Informationen rund um die „tolle Knolle“, dem Einpflanzen von Kartoffeln oder der Zubereitung und dem Genuss von Pellkartoffeln mit Kräuterquark kamen auch zwei außerschulische Experten, um den Kindern wichtige Informationen über gesunde Nahrung zu geben.



Zuerst vermittelte Frau Rieth als „Gesundheitsförderin“ des Projektes „Klasse 2000“, was mit dem Essen im Körper passiert. Anschaulich erfuhren die Kinder mit Hilfe der Puppen Klaro und Klara, welchen Weg die Nahrung im Körper nimmt.

Herr Wilke vom Landwirtschaftsamt vertiefte das Thema mit Informationen zur Ernährungspyramide: Die Anhänger einer Lokomotive wurden mit allen Lebensmitteln beladen, die für eine gesunde Ernährung wichtig und richtig sind.



Viele der Leckereien konnten im Anschluss noch verspeist werden. Dabei merkte man: Was gesund ist, kann auch lecker sein.

Kein Wunder, dass die Brotdosen vieler Kinder nun sehr oft mit gesunden Pausensnacks gefüllt sind!