

# Kinder der St.-Peter-Schule wollen gesund essen

**RHEINBERG** (erko) „Kinder mögen Ketchup, aber wenn sie in eine Tomate beißen, wundern sie sich“, weiß Che Steinhausen von der Edeka-Stiftung. Mit dem neuen Programm „Mehr bewegen – besser essen“ möchte die Stiftung Grundschulkindern die Bedeutung einer gesunden Ernährung in Verbindung mit ausreichender sportlicher Betätigung näher bringen. Unterstützt von der Rheinberger Firma Kusenberg besuchte sie gestern die katholische Grundschule St. Peter in Rheinberg. Dort rannten sie mit ihrer Idee offene Türen ein. „Wir sind eine sehr gesundheitsbewusste Schule. Themen wie die Ernährungsberatung oder Diabetes fließen in den Unterricht ein, darüber hinaus gibt es für die Kinder an drei Tagen in der Woche frisches Obst“, erklärt Rektorin Gabi Krekeler.

In einem theoretischen Teil zu Beginn des Projekttagess erfuhren die

Schüler der 4b, was es mit Ballaststoffen, Kohlehydraten und Eiweiß auf sich hat. Anhand einer Ernährungspyramide machte Che Steinhausen deutlich, welche Anteile davon für eine ausgewogene und gesunde Ernährung nötig sind. Mit diesem Wissen gerüstet, stellten die Schüler in drei Gruppen jeweils eine Mahlzeit zusammen.

Nach einem reichhaltigen Frühstücksbuffet mit Frischkäse, Vollkornbrot, Tomaten und Weintrauben standen Spaghetti Bolognese – natürlich aus Vollkornmehl – und ein herzhafter Obstsalat auf dem Speiseplan. Darauf legt Ferat Eser besonderen Wert: „Wir empfehlen fünfmal am Tag eine Hand voll Obst.“ Daneben ist es der Stiftung wichtig, Kinder frühzeitig für sich und die Umwelt zu sensibilisieren. „Die Weltmeere sind überfischt, wir erklären deshalb, wie wichtig nachhaltiger Fischfang ist und worauf



Die Kinder der Klasse 4 b mit Uschi und Mira Kusenberg von Edeka und (hinten rechts) Lehrerin Jennifer Schirmacher.

RP-FOTO: ARMIN FISCHER

man beim Einkauf achten sollte“, sagt Che Steinhausen.

Für Jennifer Schirmacher ist dieser Projekttag eine ideale Ergänzung zum Unterricht. Denn dort stehen Themen wie Nachhaltigkeit, Umweltbewusstsein und fairer Handel ganz oben auf dem Lehrplan. „Die Kinder wissen, was Saison Gemüse ist und wie hart ihre Altersgenossen auf Kakaopflanzungen für ihre Schokolade arbeiten müssen“, berichtet die Klassenlehrerin.

Nach einer ausgiebigen Bewegungseinheit auf dem Schulhof galt es, die Sinne zu schärfen. Minze, Knoblauch oder Zimt am Geruch erkennen oder in einem Karton den Unterschied zwischen einem Rettich und einer Birne ertasten gelang den Kindern ebenso wie der Geschmackstest mit verbundenen Augen. Der Nachwuchs hat den feineren Gaumen. Er kann gelbe, grüne und rote Paprika unterscheiden.