

Oberhausen

Essen ist Leben

Nach der Pause ist das ganze Obst verputzt

Von Barbara Hoynacki, we



Oberhausen. In Oberhausen läuten die Alarmglocken: Viele Kinder essen zu viel, zu fett und bewegen sich zu wenig. Der Anteil der übergewichtigen Sprösslinge ist laut des aktuellen städtischen Kindergesundheitsberichtes im Jahr 2010 auf zwölf Prozent geklettert. Bereits sechs Prozent leiden an Adipositas (Fettleibigkeit). Das blieb auch den Lehrern der Robert-Koch-Grundschule nicht verborgen, sie beschlossen zu handeln.

Dabei kämpfte das Kollegium der Gemeinschaftsgrundschule in Osterfeld zunächst mit Widrigkeiten wie diesen: "Pampigem Kantinenessen für unsere Ganztagschüler und langen Gesichtern, als wir erstmals morgens eine bunte Obstplatte servierten", so Schulleiterin Rita Bartnick.

Vor zwei Jahren bewarb sich die **Robert-Koch-Schule** für das **EU-Schulobstprogramm NRW**. "Aus Oberhausen kamen mit insgesamt zwölf Schulen die meisten Bewerber - alle erhielten einen Zuschlag", erzählt Bartnick. Fünf Tage in der Woche liefert ein Vertragshändler nun für jeden der 283 Robert-Koch-Schüler jeweils 100 Gramm Obst und Gemüse.

Zwei Sorten Obst, dazu eine Gemüsesorte kommen

seitdem regelmäßig als erstes in der Frühstückspause auf den Tisch. "Das war für so manches Kind gewöhnungsbedürftig", sagt Bartnick lachend. Denn Bananen, **Äpfel** und Birnen, ja, die kannten zwar alle, aber jetzt sollten auch Kiwis, Weintrauben, Ananas, dazu Gurke, rohe Möhren und Paprika gekostet werden. "Wir mussten viel Überzeugungsarbeit leisten", erinnert sich Sabrina Thomas (stellvertretende Schulleiterin).

Geschmack der Kinder hat sich verändert

Ein kleiner Schritt, mit großer Wirkung. Denn inzwischen hätten die Lehrer erfreut festgestellt, dass sich der Geschmack der Kinder bereits verändert habe. "Anfangs musste das Obst unbedingt süß sein - jetzt stürzen sie sich auf alles!", stellte Thomas fest.

Groß sei auch das Engagement der Mütter gewesen. 30 Frauen erklärten sich spontan bereit, im Wechsel dabei zu helfen, die Lieferungen in mundgerechte Happen zu zerschnippeln und in speziellen Servierboxen an die Klassen zu verteilen. "Drei Mütter sind täglich hier", berichtet Bartnick dankbar. Am Ende der Frühstückspause sei die gesunde Kost regelmäßig restlos verputzt. Die Anträge für eine Verlängerung des EU-Programmes für das kommende Schuljahr hat Bartnick schon ausgefüllt.

Nach dem Obst verzehren die Kinder, was sie von zu Hause mitgebracht haben. "Dabei achten unsere Kollegen aber darauf, dass da keine **Süßigkeiten** verspeist werden", betont die Schulleiterin. Auch das Trinken sei wichtig: "Wir ordern Schulmilch und stellen Mineralwasser zur Verfügung."

Wert auf Qualität legen

Da Rita Bartnick und ihre Kollegen - wie hier deutlich wird - großen Wert auf Qualität legen, war ihnen der erste Caterer des Mittagssessens für die Ganztagschüler sofort ein Dorn im Auge. "Der bereitete die Mahlzeiten morgens gegen 6 Uhr zu. Wenn das Essen mittags aufgewärmt wurde, war es ekelhaft matschig - da konnten gar keine

Nährstoffe mehr drin sein", ist die engagierte Pädagogin überzeugt. Also suchte und fand sie rasch Ersatz. "Jetzt schmeckt es den Kindern. Außerdem liefert unser neuer Caterer eine zweite Portion Obst und viel rohes **Gemüse** mit."

Aber auch im Unterricht taucht das Thema gesunde Ernährung immer wieder auf. Dabei geht es um die bewusste Unterscheidung von einheimischen und fremden Früchten und Gemüsesorten, um konventionelle und biologische Landwirtschaft, um die Ernährungspyramide, die den Kindern vor Augen führt, woraus eine ausgewogene Mahlzeit bestehen sollte.

Doch mit der Theorie allein, ist es nicht getan. "Unsere Schüler bereiten selber Speisen wie Obstsalat, Gemüsesuppe oder Bratäpfel zu", so Thomas. Gemeinsam wird außerdem eingekauft.

Jenseits des Tellers

Damit die Kinder gesund und stark durch ihre Grundschulzeit kommen, ist laut Robert-Koch-Schulleiterin Rita Bartnick mehr nötig, als nur eine **gesunde Ernährung**. "Für uns gehört dazu vor allem viel Bewegung, aber auch ein gesundes Selbstwertgefühl."

Eine Tischtennisplatte, ein Klettergerüst, neue Basketballkörbe sowie Lauf- und Spielzonen für Fußball oder Seilchenspringen sollen die Kinder dazu animieren, ihre Pausen auf dem Schulhof möglichst laufend, hüpfend und springend zu verbringen. Die Ganztagskinder können am Nachmittag dann noch zwischen Tanz-, Tennis- und Fußball-AG wählen.

Außerdem fand wieder die Unterrichtsreihe "Mein Körper gehört mir" statt. Ein Projekt, das Kinder gegen sexuellen Missbrauch stärken soll. Dazu kommt (alle vier Jahre) ein Zirkusprojekt zur Stärkung des Selbstbewusstseins. Rita Bartnick: "Wer gesehen hat, wie stolz ein Kind, das sich im Unterricht schwer tut, auf einem Ball balanciert und dabei mit Reifen jongliert, der weiß, was ich meine."

[kein Linktext vorhanden]

2012-04-21 12:00:00.0

Auch interessant:

Warum die BVB-Aktie nicht vom Meistertitel profitiert

. Der erneute Meistertitel garantiert Borussia Dortmund Einnahmen in...

Langjährige Privatpatienten zahlen zuviel...

Mit einem Tarifwechsel innerhalb der Gesellschaft lässt sich für langjährige Versicherte bis...

 ANZEIGE

A45 mehrere Stunden gesperrt - ein Toter bei Lkw-Unfall






Herborn. Die A45 ist nahe Herborn am Dienstagmorgen für mehrere Stunden in beide...

Lehrer klagen über schlechtes Verhalten vieler Schüler

Berlin. Große Teile der Lehrerschaft in Deutschland beklagen wachsende...









 powered by plista

Weitere Artikel

-  [Hier wird gekocht](#)
-  [Zu wenig Techniker an der Tafel](#)
-  [Falken zeigen Solidarität mit Haus der Jugend](#)
-  [Amtsarzt will Keim-Test für alle Patienten](#)
-  [Gleisbau im Hauptbahnhof Duisburg – S 2 und RB 37 fallen aus](#)

[Home](#)  [Städte](#)  **[Oberhausen](#)**

Seite weiterempfehlen

- | | |
|---|--|
|  Home |  Sport |
|  Lokalsport |  Städte |
|  Live-Ticker |  WAZ Apps |
|  Impressum |  Kontakt |

Sitemap	Zur Webseite
Datenschutz	