



## Schulaktion Gesunde Pause 2019 zu Gast in Villingen-Schwenningen

# Einkaufen, schnippeln und genussvoll verspeisen

### Grundschüler der Gartenschule bereiten sich ein gesundes Frühstück zu

Wie heißt es so schön: „Erst die Arbeit, dann das Vergnügen! Ganz so schlimm, kam es nicht für die 27 Schülerinnen und Schüler der Gartenschule in Villingen-Schwenningen. Gemeinsam mit ihrer Lehrerin Annamaria Büttner besuchten sie am Donnerstag, 10. Oktober, das Culinara im E-Center in Villingen-Schwenningen. Statt trockener Lektüre stand anschauliches Lernen und eigenes Tun auf dem Stundenplan. Die Klasse 3 war Gast der Schulaktion Gesunde Pause 2019. Gemeinsam mit den Organisatoren stand bei der Vorort-Aktion das Zubereiten eines gesunden Frühstücks auf dem Programm.

Damit Kinder fit in den Tag starten, bedarf es einer guten Grundlage, schließlich können der Schulweg und die ersten zwei Schulstunden vor der Pause ganz schön anstrengend sein, und wer nichts im Bauch hat, kann sich nicht so gut konzentrieren. Daher ist es auf alle Fälle wichtig, dass ein ausgewogenes Frühstück und ein gesundes Pausenbrot auf dem Speiseplan der Jüngsten steht. „Unser Ziel ist es, bei Eltern und Kindern ein Bewusstsein für das Frühstück und das Pausenvesper zu schaffen. So erreichen wir, dass immer mehr Kinder vor dem Schulbeginn frühstücken und auch in der Pause das Richtige zu sich nehmen“, sagte die Initiatorin der Schulaktion, Susanne Erb-Weber.

Ausgestattet mit einem Einkaufszettel und begleitet von Sabine Steinbrenner vom E-Center ging es für die Gartenschüler zunächst in den Markt, wo Tomaten, Gurken Karotten und Paprika in den Einkaufskorb wanderten, wo aber auch Sprossen, Trauben, Äpfel, Erdbeeren und Mandarinen dazukamen, dazu noch Schnittlauch und Petersilie. Fast schon professionell wurde anschließend im Culinara alles klein geschnippelt und Lehrerin Annamaria Büttner staunte nicht schlecht, wie ihre Schützlinge mit Feuereifer dabei waren. „Die Drittklässler werden in diesem Jahr ihren ‚Ernährungsführerschein‘ machen, insofern ist die Schulaktion schon eine wunderbare Vorstufe. Es ist schön, dass wir dabei sein dürfen und noch schöner zu sehen, was die Kinder für eine Freude beim Mitmachen haben“, betonte die Lehrerin.

Die Organisatorin Susanne Erb-Weber erzählte, wie sie mit ihrer Mitarbeiterin Renate Gayer durch ihre eigenen Kinder auf die Idee gebracht wurden, diese Aktion ins Leben zu rufen. Die Söhne hatten berichtet, wie viele ihrer Mitschüler täglich ohne Frühstück in die Schule



kämen und auch kein Pausenbrot dabei hätten. So entstand vor 14 Jahren gemeinsam mit Sponsoren die Schulaktion und die Vesperbox, in der gesunde und leckere Lebensmittel enthalten sind. Dazu erhält jeder Schüler eine Flasche Wasser. In den nächsten Wochen werden an Grundschulen in Baden-Württemberg 20 000 Boxen mit gesundem Inhalt verteilt. Über die 14 Jahre kommen so 265 000 Boxen zusammen.

„Wild zu kombinieren, Fremdes auszuprobieren und so Vielfalt zu erleben“, das musste den Schülerinnen und Schülern der Gartenschule nach getaner Schnippelarbeit niemand zwei Mal sagen. Mit dem Teller oder der Schale in der Hand wurden Müslis und Porridge getestet, Quark oder Hummus aufs Brot gestrichen oder leckeres Gemüse probiert. Damit alles besser rutschte, gab es Tee und Mineralwasser.

#### Bilder:

1. **Groß war der Jubel bei den Schülern der Gartenschule über die blauen Boxen mit gesundem Inhalt, von denen seit dem Start der Schulaktion insgesamt 265 000 verteilt wurden.**
2. **Mit Feuereifer waren die Gartenschüler dabei und holten sich bei der Marktrallye die Zutaten für ihr gesundes Frühstück.**
3. **Ohne Scheu probierten die Schülerinnen und Schüler alles aus.**

**INFO:** Die Schulaktion Gesunde Pause wird in diesem Jahr von den Unternehmen Aqua Römer, Bel Deutschland, der Molkerei Berchtesgadener Land, Breitsamer Honig, Goldmännchen Tee, HiPP, Peter Kölln, Pema, SEEBERGER und Wasa getragen. Zum Schulbeginn im September/Oktober werden 20 000 Frühstückskisten für Dritt- und Viertklässler kostenlos zur Verfügung gestellt. Die Pausenbox 2019 enthält: 1 Probierpackung Köln Vollkorn Haferfleks® Knusper-Klassik, 2 Scheiben PEMA Vollkornbrot für Kinder, 1 Portionspackung WASA Knäckebrot, 1 kleine Packung SEEBERGER Studentenfutter, 1 Portionspackung Breitsamer Honig, 1 Teebeutel Kinder Kräuter-Tee von Goldmännchen-TEE, 1 Probierpackung HiPP HiPPiS Fruchtpüree. Zusätzlich bekommt jeder Schüler zu der Box eine 0,5l Flasche Mineralwasser von Aqua Römer. Zusätzlich haben die teilnehmenden Schulen die Möglichkeit, sich für ein Klassenpaket von der Molkerei Berchtesgadener Land sowie von Bel Deutschland GmbH mit Kiri® Dippi zu bewerben. Die Fibel zeigt auf kindgerechte Art, was gesunde Ernährung, besonders beim Frühstück und für das Pausenvesper bedeutet und bringt den Schülern auch auf lebendige Weise die Zusammenhänge zwischen dem Anbau landwirtschaftlicher Produkte und deren Weiterverarbeitung nahe. Die Lebensmittel sind stellvertretend als Bestandteile einer ausgewogenen Ernährung zu verstehen. Koordinatorin der Schulaktion Gesunde Pause ist Susanne Erb-Weber (Marketing & Sales) in Metzingen.