



Grundschule Dassel erwirbt Ernährungsführerschein

In der Grundschule Dassel wurde in den Klassen 3a und 3b der aid-Ernährungsführerschein abgelegt. Die Schüler haben gelernt, dass auch gesundes Essen lecker schmeckt. In Theorie und Praxis beschäftigten sie sich mit Küchentechniken, Hygieneregeln, Tischkultur und gesunden Lebensmitteln. »Die Kinder hatten viel Spaß am Selbermachen, Ausprobieren und auch am gemeinsamen Essen«, sagte Ingrid Deike, Gesundheitspädagogin und externe Fachkraft des aid-Ernährungsführerscheins. Am Ende des Projekts legten die Kinder eine theoretische und praktische Prüfung ab: Sie luden ihre Eltern zum Essen ein, um ihre neu erworbenen Kenntnisse und Fertigkeiten stolz zu präsentieren. Nach erfolgreichem Abschluss erhielten alle einen Ernährungsführerschein

mit Schulstempel. Der aid-Ernährungsführerschein macht Lebensmittelkunde lebendig und die Kinder zu kleinen Köchen. In sechs Doppelstunden bereiten sie köstliche Salate, fruchtige Quarkspeisen und andere kleine Gerichte im Klassenzimmer zu. Das Üben von praktischen Fähigkeiten, der Spaß am Selbermachen und Experimentieren, die Arbeit im Team und das Lernen mit allen Sinnen bilden die Schwerpunkte des Unterrichts. Das Projekt hat das Ziel, die Kompetenz der Kinder in ihrer Nahrungsauswahl zu stärken und sie in der Zubereitung des Essens selbstständig zu machen. Insbesondere vor dem Hintergrund zunehmender Fehl- und Überernährung bei Kindern und Jugendlichen sei dies ein wichtiges Thema, so Gesundheitspädagogin Deike.