

172-19.03.2014

Mehr als nur Pizza, Pommes und Burger

ERNÄHRUNGSBILDUNG Nackenheimer Gymnasium informiert Kinder mit neuen Projekten über gesunde Verpflegung

Von Steffen Nagel

NACKENHEIM. „Du musst aufpassen, dass es nicht überkocht“, sagt Betreuerin Rita Widmer zu Yannick. Während der Gymnasiast konzentriert den dampfenden Pudding umrührt, ist Mitschüler Niko damit beschäftigt, Kartoffeln in Scheiben zu schneiden. Vivian und Emma entfernen ganz professionell mit Messern das Kerngehäuse aus leuchtend roten und gelben Paprikaschoten, und am anderen Tisch kümmern sich Annika und Pooja grinsend ums Karottenschälen. Das heutige Menü lautet: Kartoffeln mit Schale, im Ofen gegart, dazu frisches Gemüse der Saison, zum Nachtisch Schoko- und Vanillepudding.

Sie sind ganz schön fleißig, die Kids der AG „Küche“ am Nackenheimer Gymnasium, in der – einmal pro Woche – Kinder nicht nur die Zubereitung gesunder, leckerer Speisen lernen, sondern auch etwas über Hygiene beim Essen, über Inhaltsstoffe von Nahrungsmitteln – aber auch über Tischmanieren erfahren. Seit rund fünf Jahren ist die AG in Nackenheim ein wichtiges Element im Angebot des Gymnasiums, das sich der Ernährungsbildung nun auch noch mit ganz neuen, zusätzlichen Projekten widmet.

Anlass dafür, das Thema ver-



Alles frisch auf den Tisch: Die Schüler der AG „Küche“ lernen bei Betreuerin Rita Widmer (Mitte), wie man leckere – und vor allem gesunde – Speisen zubereitet.

Foto: hzb/Jörg Henkel

stärkt in den Fokus zu nehmen, war, wie Schulleiterin Helga Lerch berichtet, eine Zufriedenheitsbefragung des Schulträgers (Landkreis Mainz-Bingen) zum Schulessen im Herbst des vergangenen Jahres. „Wir waren neugierig und haben uns mal die Antworten unserer Schüler angeschaut“, sagt Lerch und berichtet von erschreckenden Ergebnissen: „Viel Pizza, viel Pommes, bloß kein Gemüse.“

Die Wünsche der Kinder und Jugendlichen hätten gezeigt, dass „wir Bildung im Bereich Ernährung verändern und verbessern müssen“, sagt Lerch. Gesagt, getan, ergänzte die Schule ihr Ernährungskonzept um zwei weitere Säulen.

Eine davon ist der „Qualifizierungsprozess für die Mittagsverpflegung in Schulen in Rheinland-Pfalz“. Unter dem etwas sperrigen Titel verbirgt sich ein

Leitfaden des Landes, mit dem das Ansehen und Qualität von Mittagsverpflegung in der Schule dauerhaft verbessert werden soll. Begleitet wird das Ganze durch die Ernährungsberatung Rheinland-Pfalz. Teilnehmende Schulen haben zwei Jahre Zeit, sich in drei Qualitätsbereichen hervorzuheben. Als Belohnung gibt es – ähnlich wie bei Restaurants – bis zu drei Sterne. „Und die möchten wir auch gerne ha-

ben“, formuliert Helga Lerch die Ziele des Projekts, das von der Lehrerin und Mensabeauftragten Isabel Ferdinand betreut wird. Auf dem Weg zum ersten Stern ist das Gymnasium aufgefordert, einen Runden Tisch zu etablieren, einen Speiseplancheck durchzuführen und ein Maßnahmenkonzept zur Verbesserung der Qualität der Verpflegung durchzuführen. Lerch: „Da sind wir schon gut dabei.“ Zudem plane man, die Schulmensa schöner und einladender zu gestalten. „Die Schüler sollen sie als ihren Raum begreifen“, betont die Schulleiterin.

Auch im Schulunterricht wird das Thema Ernährung künftig in Nackenheim einen breiteren Raum einnehmen. Ab dem kommenden Schuljahr widmen Fünftklässler sich in einem dreibis vierwöchigen Projekt im naturwissenschaftlichen Unterricht Fragen wie: „Was ist gesund? Welche Inhaltsstoffe enthält ein Lebensmittel? Wie sieht ein ausgewogenes Menü aus? „Höhepunkt wird dann ein gemeinsamer Supermarktbesuch sein“, kündigt Isabel Ferdinand an. Dort sollen die Schüler zunächst gezielt einkaufen gehen und danach vor Ort eigene Speisen zubereiten. „Die Kinder sollen in Kontakt mit frischen Produkten kommen.“