



Ernährungsberaterin Ulrike Maier unterstützt die Schulkinder bei der Zubereitung.

Zugreifen erlaubt:
Zum Schluss lassen sich die Kinder das Zubereitete schmecken.

Gesunde *Ernährung* will gelernt sein

Wie viel Obst und Gemüse sollte täglich auf dem Teller landen? Welche gesunden Durstlöscher gibt es? Die Kinder der Inklusionsklasse 3a der Hans-Thoma-Grundschule in Rastatt wissen darauf die Antworten.

Ulrike Maier, Ernährungsberaterin der AOK Mittlerer Oberrhein, besucht die Schulkasse und vermittelt den Kids spielerisch und mit vielen praktischen Beispielen, wie gesunde Ernährung aussehen kann. Doch es gilt natürlich nicht

nur, die Nahrungsmittel zu verstehen – auch die Sinne sollen gestärkt und die Zubereitung soll erlernt werden. „Kann man einen Vogel essen?“ Höchstens, wenn es ein Brathähnchen ist, sind sich die Drittklässler einig. Die 3a ist eine Partnerklasse der Hans-Thoma-

Grundschule und des sonderpädagogischen Bildungs- und Beratungszentrums Pestalozzi-Schule.

Wissbegierig zeigen sich die Schüler auch beim Theorieteil. Danach bereiten die Kinder mithilfe der Ernährungs-