



Thüringer Landfrauenverband e.V.

Ernährungsbildung der Landfrauen in Schulen

Als Vorzeigeprojekt mit nachhaltiger Wirkung gilt der aid-Ernährungsführerschein, der in den dritten und vierten Klassen in Grund und Förderschulen, durch die Landfrauen als Multiplikatoren angeboten wird.

Die speziell ausgebildeten aid-Fachfrauen unterstützen die Lehrer und Lehrerinnen kompetent bei der theoretischen und praktischen Ernährungslehre. In sechs beziehungsweise sieben Doppelstunden lernen die Schüler und Schülerinnen die verschiedenen Lebensmittelgruppen anhand der Ernährungspyramide kennen.



Jede Unterrichtseinheit beinhaltet einen theoretischen und einen praktischen Teil. Der letztere ist bei den Kindern sehr beliebt, da sie hier selbst aktiv werden können. So wird nach Rezept gewaschen, geschnippelt, gerührt, geraspelt, gewürzt und probiert, natürlich unter Einhaltung der entsprechenden Hygienevorschriften nach jedem Arbeitsschritt.

Am Ende jeder Stunde steht das gemeinsame Essen an einem aufgeräumten sauberen Tisch. Für einige Kinder ist dies eine Erfahrung, die sie so nicht von zu Hause kennen, da das gemeinsame Speisenzubereiten und Essen leider in vielen Familien nicht oder zu wenig praktiziert wird.



Manche Kinder erleben beim Essen wahre Geschmackserlebnisse. So wird zum Beispiel bei der Getreideeinheit ein Geschmackstest durchgeführt. Hier sind beim Probieren von Brot alle Sinne gefragt.



Am Ende des Projektes stehen eine theoretische und eine praktische Prüfung. Die Theorie wird in Form eines Fragebogens abgefragt, welcher im Medienpaket enthalten ist und zensiert werden kann.

Zur praktischen Prüfung wird aus allen Rezepten der unterschiedlichen Einheiten ein buntes Buffet hergestellt. Stolz präsentieren die Schülerinnen und Schüler ihr Werk den

geladenen Gästen, welche in der Regel Eltern und Großeltern sind. Als Belohnung und Anerkennung bekommt jedes Kind einen Ernährungsführerschein .der es noch lange an die „Kochstunden „erinnern wird.

Die Resonanz aus den Elternhäusern ist gut.

Viele Rezepte werden an Wochenenden oder zu Kinder-geburtstagen nachgekocht.

So kann die Ernährungsbildung von Kindern und ihren Familien gefördert werden und

das gemeinsame Bereiten von Speisen und deren Verzehr schafft Gemeinsamkeit.

