



Wenn Pausenbrote nicht nur gesund sind, sondern auch Gesichter haben: Norman Gabler zeigt Schülern der Blücherschule, dass Brote schmieren Spaß machen kann. Foto: wita/uwe Stotz

Pausenbrot mit Karottenaugen

ROTARY CLUB Kinder der Blücherschule lernen etwas über gesunde Ernährung und Bewegung

Von Nadine Schandry

WIESBADEN. Eigentlich soll man mit vollem Mund nicht sprechen. Bei der vierten „gesunde kids Pausenbrot-Rallye“ der Wiesbadener Rotary Clubs am Staatstheater hatten die Kinder der Blücherschule am Mittwoch allerdings so viel Spaß daran, ihr Pausenbrot zu gestalten, dass sie gerne mal eine Ausnahme machten: „Mein Brot hat Haare aus Kresse und Karottenaugen!“ „Meins hat eine runde Tomatennase!“ „Und mein Pausenbrot hat zwei riesige Gurkenohren und einen Paprika-Schnauzbart!“

Schlau und leistungsfähig

Die Aktion der „gesunde kids“-Initiative, die in Zusammenarbeit mit dem Kultusministerium, das in Person von

Stadträtin Rose-Lore Scholz anwesend war, stattfand, sollte das Bewusstsein für gesunde Ernährung und Bewegung bei Schulkindern schärfen. „Gut ernährte Kinder lernen besser“, so Reinhild Link, Ernährungswissenschaftlerin und Distriktbeauftragte der Rotary Clubs, „wir führen sie mit der Pausenbrot-Rallye spielerisch an gesundes Essen heran und unterstützen so die Schulen auch bei ihrem Lehrauftrag.“

Die Pausenbrot-Rallye ist Teil des Zertifikates „Gesundheitsfördernde Schule“, das auch die Blücherschule besitzt. Unter dem Motto „Gesund essen und viel bewegen machen schlau und leistungsfähig“ wartete ein abwechslungsreiches Programm auf die insgesamt 240 Schulkinder.

Kreativ ging es beim Pausenbrote-Schmieren (und -Essen)

an den Kolonnaden zu, hier legten die Kinder „Brotgesichter“ mit knackigem Gemüse auf mit Frischkäse bestrichene Vollkornbrote, die RC-Präsident und Bäckermeister Martin Dries gespendet hatte. Dabei tauschten die Kinder sich über ihr Lieblingsfrühstück aus und lernten spielerisch, dass ein gutes Frühstück fit für die Schule macht. Die zehnjährige Sky frühstücke sonst immer ein Honigbrot, „aber das mit Frischkäse und Tomaten ist viel leckerer und ganz leicht zu machen!“ Leonie (10) sagte, dass sie vor der Schule sogar gar nichts esse: „Ich habe mir aber jetzt fest vorgenommen, öfter gesund zu frühstücken.“

Auch für Bewegung war gesorgt: Im Theaterfoyer machten die Schüler „Übungen für den Unterrichtsplatz“. Erst malten sie sich mit den Fingern Buch-

staben auf den Rücken, um diese blind zu erraten.

Rücken-Klopfen

Dann fassten sich die Kinder an den Händen, gingen viermal gemeinsam in die Hocke und klopfen sich danach gegenseitig den Rücken zur Muskellockerung sanft aus. „Die Übungen fand ich super, vor allem das mit dem Rücken-Klopfen! Das zeige ich zuhause sofort meiner Schwester“, freute sich Ismael (10). Sportlicher Besuch fand sich auf dem Bowling Green, wo Spielerinnen des VC Wiesbaden mit den Kindern Volleyballübungen machten.

Die zehnjährige Darija fasste die Pausenbrot-Rallye treffend zusammen: „Ich hab gut gegessen und mich viel bewegt, jetzt fühle mich fit für den Tag. Das war echt cool!“