

Impulse für Gesundheit – Ernährungstag

Die Klasse BVJ Hauswirtschaft 13 führte am 29.01.2014 den ersten Projekttag im Rahmen der Gesundheitsförderung in berufsvorbereitenden Maßnahmen durch.

Die Schüler lernten gesunde Ernährung und Bewegung in ihren Alltag zu integrieren. Frau Schulz von der AOK hat diesen Tag in Zusammenarbeit mit den Fachlehrern gestaltet.

Aber nicht nur Ernährung war ein wichtiger Punkt an diesem Tag. Frau Auffenbauer von der Arbeitsagentur stand für die Schüler zur Berufsorientierung zur Verfügung. Von 7:30 Uhr bis 9:00 Uhr hat sie Wege und Perspektiven zur richtigen Berufswahl für die Schüler aufgezeigt. Die Schüler lernten hierbei spezifische Anforderungen an einzelne Berufe kennen. Im Spiel „heiteres Beruferaten“ konnten sie ihre Kreativität und ihre Fähigkeiten testen. Im Anschluss stand Frau Auffenbauer noch für Einzelgespräche zur Verfügung. Das war sehr hilfreich. Wir bedanken uns hiermit bei der Berufsberatung der Arbeitsagentur für die Hilfe und Unterstützung.



Nach einer Pause begann dann um 9:25 Uhr der Tag in der Küche. Gesunde Ernährung sind nun mal nicht Schnitzel und Burger. Auf den Tisch muss auch mal was anderes kommen. An diesem Tag gab es Suppen. Mit Hilfe von Frau Schulz kochten die Schüler leckere Chicorée-Bohnen- und Nudelsuppe. Dazu gab es noch selbstgebackene Brötchen und Kräuterbutter. Nicht alles war nach dem Geschmack jedes Schülers, aber für alle war etwas dabei.

Frau Schulz arbeitete sehr ruhig und zielgerichtet mit allen. Proben von ausgefallenen Gewürzen fanden viel Interesse. Viele hatten eine neue Erkenntnis: „Es gibt doch nicht nur Salz und Pfeffer“.

Nach dem gemeinsamen Essen haben die Schüler nochmals ihre Meinung zu diesem Projekt kurz äußern können. Alle hatten etwas dazugelernt – und – Suppen können auch schmecken!

Vielen Dank an Frau Schulz für ihren Einsatz.



Würzen und abschmecken ist wichtig.



Fleisch und Gemüse müssen klein geschnitten werden.



Gesunde Ernährung?
Ein Dessert darf auch sein.



Der Tisch ist schon gedeckt.