



Probieren erlaubt: (v.l.) Maren Kleibolde und Sonja Wendt von Berief Food stellen den Schülern vegetarische und vegane Ernährung vor. Hier testen Vianne Esser, Marie Stöppel und David Lorenz Soja-Drinks.



Kühe melken leicht gemacht: Sam Duwentäster (links) und Nils Köhler an der Plastik-Melkmaschine. Bilder: Stutenbäumer

„Gesunde Ernährung“ steht auf Stundenplan

Beckum (mast). „Gesund essen – besser lernen!“, unter diesem Motto fand am Albertus-Magnus-Gymnasium (AMG) erstmals ein „Tag der gesunden Ernährung“ statt. Christiane Struckholt, Leiterin des Caterings am AMG, hatte ursprünglich die Idee dazu.

Schulleiter Dr. Juri Rolf begrüßte dies: „Wir haben einen Mensa-Anbieter, der gesunde Ernährung schon im Programm hat.

Jetzt stellen wir uns hier nochmal mit externen Anbietern aus der Region etwas breiter auf.“ So präsentierte Berief Food vegetarische und vegane Ernährung und etwa Sojaprodukte. Kirschbaum-Naturkost erklärte den Schülern, wie sich Biolebensmittel von konventionellen unterscheiden, und der Höfeverbund Willenbrink-Becker vor der Sandfort-Kleibolde klärte über Produkte der heimischen Landwirtschaft auf.

„Wir wollen die Kinder und Jugendlichen unserer Schule mit Produkten, die als gesund gelten, vertraut machen, Vollkornprodukte zum Beispiel oder regional erzeugte Biogemüseprodukte. Wir freuen uns über die große Resonanz“, stellte Rolf weiter fest.

Die Organisatoren Mechthild Tönsgerlemann und Dr. Holger Schmitz hatte sich in Zusammenarbeit mit den Lehrern weitere Aktionen einfallen lassen. Das

Thema „Gesunde Ernährung“ wurde einerseits im Unterricht aufgegriffen. Andererseits bekamen die AMG-Schüler ein Bewegungs- und Entspannungsprogramm geboten, so gab es für die Jugendlichen während der Mittagspause in der Aula Yoga mit entspannender Musik. Zeitgleich bot Christiane Struckholt in der Mensa frische Reibepfätzchen mit Kartoffeln aus der Region und frisch gekochtem Apfelmus an.

Dazu konnten Schüler Rohkost für einen „gesunden Teller“ mit Gemüwesticks und Quarkdip vorbereiten.

Die Jugendlichen zeigten sich vom Projekttag begeistert. „Man lernt hier viel, zum Beispiel, dass biologisch angebaute Produkte oft besser sind als konventionelle“, stellte Luis Di Matteo heraus. Marie Stöppel fand: „So einen Projekttag finde ich super. Den sollte es öfters geben.“