

# Gesundes Essen fördert die Konzentrationsfähigkeit

Der Arbeitskreis Gentechnik-Freies Ermstal spendiert allen Metzinger Erstklässlern ein gesundes Bio-Frühstück

**Der Arbeitskreis Gentechnik-Freies Ermstal organisierte gestern für alle Metzinger Erstklässler ein Biofrühstück. Spielerisch wurde den Kinder auch über ein gesundes Vesper nähergebracht.**

ISABELL HELLEBRANDT

**Metzingen.** Zum sechsten Mal hat es gestern ein Biofrühstück für alle Metzinger Erstklässler gegeben. Vom Arbeitskreis Gentechnik-Freies Ermstal waren Beate Pittas und Karin Berkemer in der Sieben-Keltern-Schule zu Gast. „Uns ist es wichtig, die Kinder über ein gesundes Pausenfrühstück zu informieren, denn viele bekommen gar kein oder nur ein ungesundes Vesper mit in die Schule. Eine unzureichende oder falsche Ernährung kann zu Konzentrationsschwächen und Müdigkeit führen und das wollen wir verhindern“, erklärte Karin Berkemer. „Außerdem wollen wir den Kindern die regionale Obst- und Gemüsevielfalt zeigen“, ergänzte Beate Pittas.

Bevor sich die Kleinen auf das gesunde Frühstück stürzen durften, führten die beiden Frauen ein witziges Theaterstück zum Thema „gesundes Pausenbrot“ auf, an dem die Kinder interaktiv teilnehmen konnten. Zu Hilfe nahmen die beiden dabei die Handpuppe Frida Strauss. Beate Pittas übernahm in dem

Stück die Rolle einer Mutter, die für ihr Kind das Pausenbrot herrichtete. Dabei verwendete sie jedoch nur ungesunde Produkte.

Frida Strauss klärte sie und die Zuschauer über die Fehler auf und gab Verbesserungsvorschläge. So

schlug Beate Pittas als Vesper eine Schnitte vor, die in der Werbung als gesund angepriesen wird. Ein Blick auf das Kleingedruckte brachte doch anderes ans Licht: Nicht Milch und Honig waren in dem Produkt enthalten, sondern Magermilchpul-

ver, Volleipulver und Di-Natriumdiphosphat. Und das ist genauso gesund, wie es sich anhört: Nämlich gar nicht.

Außerdem erfuhren die Erstklässler, wie viel Müll jeder von ihnen innerhalb von einem Monat verursa-

chen würde, wenn er pro Tag eine der besagten Schnitte essen würde. Um dies zu verdeutlichen hatten die beiden Frauen einen gefüllten Müllbeutel dabei. „Und jetzt überlegt euch mal wie viel Müll das wäre, wenn das jeder von euch tun würde.“ Als Alternative wurde den Schülern ein Apfel empfohlen: „Der schmeckt nämlich auch süß und ist sogar gesund.“ Außerdem verursacht er keinen Müll.

Oberbürgermeister Dr. Ulrich Fiedler, der im Rahmen seiner Schirmherrschaft in der Sieben-Keltern-Schule zu Gast war, bedankte sich bei den Unterstützern der Aktion sowie dem AK Gentechnik-Freies Ermstal und den Eltern, die gestern beim Verteilen des Frühstücks geholfen haben.

Abschließend wünschte er den kleinen ABC-Schützen „einen guten Appetit“. Damit war das Büfett eröffnet und die Kinder konnten sich über Karotten- und Apfelstücke, Vollkornbrot mit Butter, Marmelade, Käse oder Wurst sowie Metzinger Apfelsaft und Kakao hermachen.

Für die Eltern daheim wurde den Kindern ein Merkblatt vom Arbeitskreis Gentechnik-Freies Ermstal mitgegeben, auf dem erklärt wird, woher die Zutaten fürs Frühstück stammten und wieso gentechnikfreie Landwirtschaft sinnvoll sei. Außerdem erhielten die Eltern einen Flyer von der Deutschen Herzstiftung mit Anregungen zur Pausenbrotgestaltung.



Angesichts dieses Frühstücks-Büfett macht das Essen gleich viel mehr Spaß.

Foto: Isabell Hellebrandt