



Obst und Gemüse statt Chips und Schokolade

Gesundes Frühstück für Velener Schüler / Schoolgruiten in den Niederlanden ein großer Erfolg

Velen, 30. Oktober 2009

Velen (gkgk-press). „Gesundes Frühstück für gesunde Kinder“ – so könnte die neueste Aktion des Gesundheitsprojekts „Gesunde Kinder in gesunden Kommunen“ (gkgk) bezeichnet werden: Die Andreas-Grundschule Velen gehört zunächst für ein Vierteljahr zu den Ersten in Westdeutschland, die – zunächst mit gkgk-Mitteln – gesund frühstücken können. gkgk ist ein Projekt des Willibald-Gebhardt-Instituts Essen mit zahlreichen Partnern, zu denen auch die Europäische Akademie des Sports in Velen gehört.

Vorreiter und Vorbild für ein anderes Schulfrühstück sind mal wieder die Niederlande. Projektleiterin Renée Schreurs (St. Anthonis) verteilte in der Schule in Velen leckere Weintrauben, und die große Vorratskiste war schnell leer. „Schoolgruiten“ heißt das kurz und bündig bei den Nachbarn: Gemüse (groenten) und Obst (fruit) essen = gruiten.

Die Schulfrühstücksexpertin hat nach dreijähriger Probephase „sehr positive Erfahrungen“ gemacht, wie sie zum Auftakt der Gesund-frühstücken-Aktion berichtete: „Es findet bei Kindern, Eltern und Lehrern sehr guten Anklang. Kinder von Gruitschulen essen mehr Obst und Gemüse, fühlen sich besser, sind weniger krank, allgemein fitter, lernen leichter und haben mehr Spaß an Sport und Bewegung.“ 500 Schulen beteiligen sich in den Niederlanden an dem Programm, allein 25 in Brabant.

In Velen sei durch „Gesunde Kinder in gesunden Kommunen“ buchstäblich viel bewegt worden, verdeutlichte Andreasschul-Lehrerin Margret Wielens, die von Beginn an das Projekt mitbetreut. „Wir haben schon bei der Einschulung die Erstklässler durch die Velener Ernährungsberaterin Birgit Kronenfeld auf gesunde Ernährung hingewiesen. Schön, dass wir jetzt zur Pilotphase gehören.“

Angetan war auch Velens neuer Bürgermeister Dr. Christian Schulze Pellengahr beim Termin im kleinen Lichthof in der Andreasschule: „Solch ein Frühstück ist wirklich eine gesunde Sache.“ Und Reinhardt te Uhle als Kommunalmoderator

der begleitenden Europäischen Akademie des Sports (eads) Velen hofft, dass die Kinder auch das Elternhaus auf Dauer animieren, gesund zu essen.

Einige Tipps von schoolgruiten in Holland könnten auch die Deutschen befolgen, meint Renée Schreurs und motiviert nach dem Motto: „Obst und Gemüse essen statt Chips oder Schokolade.“

Einige Tipps für daheim, die in Holland Erfolg haben:

- Obstschalen sollten für Kinder gut erreichbar sein;
- Obst als Dessert servieren;
- Brot dünnen Bananen- oder Tomatenscheiben belegen;
- Obst und Gemüse zum Geburtstag mit in die Schule geben;
- zum Frühstück oder Abendessen servieren;
- mundgerechte Stücke anbieten;
- Kinder bei der Auswahl und Zubereitung von Mahlzeiten teilhaben lassen.“

www.schoolgruiten.nl

www.gk-gk.de

GKGK-Partner in NRW:

Land Nordrhein-Westfalen

Innenministerium des Landes Nordrhein-Westfalen

Euregio Rhein-Waal

LandesSportBund NRW

Europäische Akademie des Sports Velen

BKK-Landesverband NRW

Unfallkasse Nordrhein-Westfalen

Willibald-Gebhardt-Institut Essen

GKGK-Partner in den Niederlanden:

Gelderse Sport Federatie, Papendal/Arnhem

Sportservice Noord-Brabant

Provincie Gelderland

Provincie Noord-Brabant