

Impressum

Herausgeber:	Amt für Umwelt- und Verbraucherschutz Stadt Köln In Zusammenarbeit mit der Deutschen Welthungerhilfe
Adresse:	Willy-Brandt-Platz 2, 50679 Köln
Texterstellung:	Heike Milkowski-Fingerle u.a.
Redaktion/Gestaltung:	Ursula Wrobel
Titellogo:	Darja Naumez, Elisabeth-von-Thüringen-Gymnasium
Idee:	Juliane Steinbach
Fotos:	Volker Clausen, Björn Föll, Heike Milkowski-Fingerle, Detlev Szillat, Angela Tamke u.a.
Druck:	Druckerei Georg Flock, Köln, www.druckerei.flock.de gedruckt auf 100% Recycling Papier 
Auflage:	5.000
Veröffentlichung:	Februar 2002
Vorbereitungsteam:	Angela Tamke, Deutsche Welthungerhilfe Angela Clausen, Verbraucher-Zentrale NRW Ursula Wrobel, Dr. Herbert Bretz, Amt für Umwelt- und Verbraucherschutz Stadt Köln Gabi Schönau, Heike Milkowski-Fingerle

Das Projekt wurde realisiert u.a. mit Fördermitteln der Natur- und Umweltschutz-Akademie NRW und mit freundlicher Unterstützung der Firma Trienekens. Wir danken zugleich vielen Sponsoren u.a. der Buchhandlung Ludwig und der Buchhandlung König.

WeltFrühstück

Aktion Kölner Schulen

Inhalt

Impressum	2
Inhalt	3
Vorwort	4
WeltFrühstück – Frühstück für alle	5
Schulprojekte	8
Grundschule Freiligrathstraße: Bio-Essen in aller Munde.....	8
Heinrich-Böll-Schule: Was frühstückt ihr in Mali?.....	10
Rh. Schule f. Körperbehinderte: Der längste Frühstückstisch von Köln	12
Elsa-Brandström-Realschule: Macht falsche Ernährung krank?.....	14
Don-Bosco-Schule: Und was frühstückst du?	15
Hauptschule Baadenberger Str.: Apfelgelee bis Tischsets	16
E.-v.-Thüringen-Gymnasium: Leben wie im Schlaraffenland u.a. Projekte	18
Sonderschule Kolkrabenweg: Total international!	23
Gymnasium Genovevastraße: Eine kulinarische Weltreise	24
Manderscheider Platz: Frühstück macht gute Laune!	26
Sonderschule Kopernikusstraße: Kraftquelle Frühstück.....	27
Gymnasium Nippes: Nomadenfrühstück online	28
Montessori Hauptschule: Dem Zucker auf der Spur.....	30
Grundschule Vogelsanger Straße: Ein grenzenloses Vergnügen.....	31
Grundschule Berrenrather Straße: Bewegung und Ernährung	31
Weitere Projekte im Überblick	32
Lernen am Rande der Wüste	33
Anregungen und Materialien	34
Andere Länder – andere Ess-Sitten	36
Rezepte aus aller Welt	40
Unterrichtsmaterialien	43
Adressen	44
Pressespiegel	46

Vorwort

Schulaktion WeltFrühstück im Oktober 2001 in Köln – beim großen Abschlussfest im Elisabeth-von-Thüringen-Gymnasium bot sich dem Publikum ein buntes und faszinierendes Bild: Zahlreiche Stände luden zum Probieren, Zuschauen, Zuhören und Mitmachen ein. Mit viel Einfallsreichtum und Engagement präsentierten die Schulen ihre Ergebnisse der schulischen Aktivitäten und boten Kulinarisches aus aller Welt an. Daneben gab es Informationen rund ums Thema an zahlreichen Fachständen. Ein gelungenes Beispiel, wie Schulklassen unterschiedlicher Schulformen und Altersstufen in einem verhältnismäßig kurzen Zeitraum ein Projekt mit überregionaler Ausstrahlung auf die Beine stellen können.

„WeltFrühstück – Frühstück für alle“ lautet das Motto der Aktion. Es unterstreicht den Grundgedanken, dass alle Schüler überall in der Welt ein gesundes Frühstück brauchen, um gut lernen zu können. Dies gilt für Nomadenkinder in Mali ebenso wie für Kinder in Deutschland.

Mit dieser Dokumentation möchten wir Ihnen Beispiele aufzeigen, wie Kinder andere Ernährungskulturen kennen lernen und gleichzeitig mit ihrem eigenen Ernährungsverhalten bewusster umgehen lernen. Sie erfahren, wie gesunde Nahrungsmittel hergestellt und verarbeitet werden oder wie früher im Mittelalter gegessen und getrunken wurde.

Wir wollen Sie mit dieser Broschüre dafür begeistern, das Thema „Ernährung“ und Fragen „Rund ums Essen“ für die Schule zu entdecken und sich für den Unterricht fortzubilden. Es soll ein Anstoß sein, mit Ihrer Schulklasse einen ökologisch wirtschaftenden Bauernhof zu besuchen und in Ihrem Schulalltag über bessere Alternativen zur Ernährung der Kinder nachzudenken.



Besonders gefreut haben wir uns, dass der partnerschaftliche Gedanke in dieser Aktion aktiv umgesetzt wurde: Nomadenkinder in Mali zeichneten ihr Frühstück für Kölner Kinder und Kölner Kinder zeichneten für Nomadenkinder. Das könnte der Anfang sein für einen Dialog der Schulen hier und dort. Der Erlös der Aktion fließt in Schulspeisungen für Nomadenschüler im Norden Malis.



Ursula Christiansen

Dr. Ursula Christiansen

Dezernentin für Umwelt und Gesundheit
Stadt Köln

Ingeborg Schäuble

Ingeborg Schäuble

Vorstandsvorsitzende
der Deutschen Welthungerhilfe

WeltFrühstück – Frühstück für alle

Wenn der Magen wach ist, ist der ganze Mensch wach.
Leerer Bauch studiert nicht gern.

Diese afrikanisch-deutschen Weisheiten inspirierten eine große Aktion rund um das Frühstück aus aller Welt. 53 von 270 Kölner Schulen nahmen an der Aktion teil, zu der das Amt für Umwelt- und Verbraucherschutz der Stadt Köln gemeinsam mit der Deutschen Welthungerhilfe und der Verbraucher-Zentrale NRW im Rahmen der lokalen Agenda aufgerufen hatte. Eine Woche lang – vom 22.-26. Oktober 2001 – behandelten die Schulen fächerübergreifend das Thema „WeltFrühstück – Frühstück aus und in aller Welt“ unter den Aspekten Gesundheit, Ökologie, fairer Handel, Frühstücksrezepte und Frühstückskulturen aus aller Welt. Schulen aller Schulformen machten mit.

WeltFrühstück – Ziele der Schulaktion Was soll in der Schule damit angestrebt werden?

- **Entdecken:** Kinder sollen fremde Ernährungskulturen kennen lernen.
- **Wahrnehmen:** Die eigene Ernährung soll bewusster erfahren werden.
- **Lesen und Erzählen:** Geschichte/Kultur der Lebensmittel aufspüren.
- **Erkunden:** Wo kommen Nahrungsmittel her? Wie werden sie hergestellt?
- **Zusammen lernen:** Essen in Gemeinschaft erleben.
- **Brücken bauen** für partnerschaftliches Handeln.

Frühstück für alle – Mit dieser Aktion soll die Öffentlichkeit auch aufmerksam machen auf die Schulkinder, die **ohne Frühstück** in die Schule kommen. In der Grundschule hat gemeinsames Frühstück nach wie vor Tradition, doch in den höheren Schulklassen wird nicht mehr gefrühstückt. Und viel zu viele Schüler kommen aus unterschiedlichen Gründen ohne Frühstück zur Schule, ein Nachteil für die Konzentration der Schüler, so beklagten sich die Lehrer.

Bekanntlich ist dies in vielen ärmeren Ländern wie in Mali/Westafrika ein zentrales Problem an den Schulen. Aber auch in Schulen der „reichen“ Länder bleiben Schüler den ganzen Vormittag oft ohne eine ausgewogene Mahlzeit. Eigentlich ein Skandal für unsere Bildungspolitik.

Der Satz gilt überall in der Welt: Mit hungrigem Magen kann man nicht lernen! Deshalb wollen wir mit dem WeltFrühstück eine Brücke der Kulturen, eine Brücke der Solidarität zu den Schülern der Welt bauen.



Aktionswoche der Schulen

Die Vorschläge in der umfangreichen Informationsmappe, die speziell für die Aktion erstellt wurde, regten die Schulen zu vielen unterschiedlichen Aktivitäten an: In der 3. Klasse der Gemeinschaftsgrundschule Manderscheider Platz mit Schülern unterschiedlichster Nationalitäten besuchte man sich gegenseitig zu Hause beim Frühstück. Die Schüler aßen wie in der Türkei, in Pakistan oder Libyen auf dem Fußboden. Es gab z.B. Rührei und Nüsse und dazu arabischen Tee. Andere Schüler kauften auf dem Markt Ökoprodukte ein und stellten selbst ihr Frühstück her. Gymnasiasten befragten Kölner Passanten nach ihrem Frühstücksverhalten.

Die Ergebnisse waren aufschlussreich: Frauen frühstücken weniger als Männer. Besonders Hauptschüler versorgen sich in der Schule. Mit zunehmendem Alter der Schüler nimmt das regelmäßige Frühstück ab. Schüler der Rheinischen Schule für Körperbehinderte deckten den größten Frühstückstisch der Welt, andere luden zu einem internationalen „breakfast“ ein, frühstückten wie im Mittelalter, spielten Frühstückstheater, kochten mit Ökoprodukten, besuchten Biobauernhöfe, studierten Volkslieder anderer Nationen ein. Begleitend zu den Schulaktivitäten fanden in den Schulen 22 Lesungen mit dem Schriftsteller Idrissa Keïta aus Mali und dem Geschichtenerzähler Pronab Mazumdar aus Indien statt, an denen über 1000 Schüler teilnahmen. In den anschließenden Gesprächen ging es immer auch um das Essverhalten in den Ländern.

WeltFrühstücks-Fest

Die Aktion mündete in einem großen Abschlussfest im Elisabeth-von-Thüringen-Gymnasium. Über 2000 Besucher konnten sich dabei über die Ergebnisse der Schulen informieren. Sie kosteten leckere Marmeladen und Brotaufstriche und probierten für eine Spende von 1 DM afrikanische Maisbällchen. Sie konnten Pieter Bruegels 400 Jahre altes Werk „Schlaraffenland“ bewundern, es wurde als lebendes Bild von Schülern gestaltet und in verschiedene Epochen als Theaterstück inszeniert. Dort liegen Bauer, Soldat und Gelehrter unter einem Baum, hier sind es Müllmann, Computerspezialist und Lehrer. Statt Grießbrei gibt es Hamburger, statt Pflaumenmus Eis. „Es ist Zeit aufzuwachen und Verantwortung für die Welt zu übernehmen.“

Auf dem Fest unterhielten sich Bärbel Höhn, die Ministerin für Umwelt- und Verbraucherschutz von NRW, Fritz Pleitgen, WDR-Intendant, Ingeborg Schäuble, Vorstandsvorsitzende der Deutschen Welthungerhilfe, Dr. Ursula Christiansen, Beigeordnete für Umwelt und Gesundheit und Idrissa Keïta, Autor aus Mali, mit der WDR- Moderatorin Johanna Holzhauser über ihr Frühstücksverhalten in der Kindheit, auf Reisen und in der Familie.



Alle meinten übereinstimmend, irgendwie essen sie ja alle „afrikanisch“: wenig Fett, kaum Fleisch und möglichst frisch. Und alle kommen ohne Frühstück nicht über den Tag.



Beim Rundgang durch die Stände der Schüler stellten die prominenten Gäste fest, dass die Schüler nicht nur viel über gesundes, leckeres Frühstück gelernt hatten, sondern offensichtlich auch viel Spaß dabei gehabt hatten. Dass Schüler sich auch durchaus selbstkritisch sehen, zeigte ein Schülerplakat mit Zigaretten als einziges Frühstück. Außer den größeren Fachständen der Milchwirtschaft, der Verbraucher-Zentrale, des Umweltamtes und der Welthungerhilfe waren auch viele Stände von Initiativen, Umwelt- und Dritte-Welt-Gruppen, Dienststellen und Unternehmen vertreten. Dabei war der Stand „Apfelsaft selbst gepresst“ des umweltpädagogischen Projekts WEGE im Kreis Düren bei den Schülern besonders beliebt.

Begeisterung löste bei allen Besuchern das Bühnenprogramm aus: Besonders der Trommler Samory Seck und der Clown Francesco faszinierten Jung und Alt.



Der Erlös des Frühstücksfestes und der Tombola mit von vielen Kölner Firmen gesponserten Preisen, z.B. zwei Fahrrädern von der Firma Trienekens, fließt in Schulmahlzeiten für Tuaregkinder in Mali – ein von der Deutschen Welthungerhilfe gefördertes Projekt. Die warme Mahlzeit in den Tuareg-Schulen hilft, dass die Schüler der Nomadenfamilien auch weit entfernt von ihren Eltern in die Schule gehen können, ohne den ganzen Tag hungrig zu sein.



Mit den Tuareg-Schülern nahmen die Kölner Schüler auch direkten Kontakt auf. Sie erhielten schon Zeichnungen von den Tuareg-Schülern, auf denen sie ihr Frühstück darstellen: Mit der Familie im Zelt, auf dem Boden sitzend, Männer und Frauen essen getrennt, Ziegen und Kamele laufen vor dem Zelt, Frauen stampfen die Hirse, Mädchen holen Wasser. Es

gibt (im Idealfall) frisch zubereitetes Fladenbrot, Hirsebällchen mit Gemüse-Soße, frische Ziegenmilch. Danach Tee und manchmal getrocknete Datteln.

Schulalltag – Wie geht es weiter?

Die Schulaktion wurde von den Besuchern mit großer Begeisterung aufgenommen: tolle Ideen, eine spannende Woche in den Schulen und ein wunderbares, buntes Fest als krönender Abschluss.

Wie können wir nun erreichen, dass dies keine einmalige Aktion bleibt?

Wir wollen Interesse dafür wecken, dass Ernährung im Schulalltag und im Unterricht auch in weiterbildenden Schulen und in den älteren Jahrgangsstufen stärker Eingang findet. Wir planen deshalb das Thema „Rund ums Essen“ in der Lehrerfortbildung zum Schwerpunkt machen.



Unter dem Stichwort „Lernort Bauernhof“ ist uns sehr daran gelegen, dass Schulklassen einen ökologisch wirtschaftenden Bauernhof besuchen können und damit auch nachhaltige, pädagogische Projekte verbinden. Es besteht die Hoffnung, dass einige Schulen unter dem Aspekt des globalen Lernens u.a. den bestehenden Kontakt zur Welthungerhilfe für partnerschaftliche Aktivitäten im schulischen Bereich nutzen.

Bio-Essen in aller Munde

Schüler erkunden Essgewohnheiten in Köln und Mali

Schule: Katholische Grundschule Hans-Christian-Andersen Freiligrathstr. 60 50935 Köln

Lehrer/-in: Frau Sylvia Schaller
Frau Miriam Grave

Klasse: 4 a/b

Rahmen: Projektwoche

Themen: Gesunde Ernährung
Rohprodukte und Verarbeitung
Ernährung in Mali

Die Weltkugel im Foyer erinnert noch an das Thema der Projektwoche: Unter dem Motto „Gesundes Frühstück in aller Welt“ leistete die Katholische Grundschule Freiligrathstr. einen Beitrag zur gesunden Ernährung von Kindern in Köln und Mali. Die beiden 4. Schuljahre beschäftigten sich im Rahmen einer Projektwoche mit einem bunten Strauß von Aspekten rund um die Ernährung. Am Beispiel des Frühstücks konnten die Kinder erfahren, welche Nährstoffe unser Körper braucht, woher unsere Lebensmittel kommen und wie sie weiterverarbeitet werden. Dass Kinder in anderen Ländern es viel schwerer haben, sich ausreichend zu ernähren, wurde am Beispiel der Nomadenkinder in Mali deutlich, an die der Erlös der Projektwoche ging (insgesamt eine Summe von 1442,57 DM).



Von unten viel, von oben wenig
So lautet das Motto der riesigen dreidimensionalen Ernährungspyramide, die jetzt für alle Schüler sichtbar in der Eingangshalle steht. Die Kinder haben sie in Collagetechnik mit farbigen Abbildungen anschaulich gestaltet. Entsprechend der Anteile der bunt gemalten Lebensmittel bzw. Nährstoffe der einzelnen Stufen soll die Zusammensetzung der täglichen Nahrung sein. „Ich weiß jetzt, was der Körper alles braucht: Getreide, Milch, Obst und Gemüse sollten bei jedem Frühstück dabei sein“, berichtet Melanie.

Woher kommt unser Essen?
Darüber konnten sich die Kinder der 4. Schuljahre bei ihrem Besuch auf dem biologisch-dynamischen Bauernhof Bollheim in Zülpich informieren: Sie erfuhren, wie Getreide angebaut, in der hauseigenen Mühle gemahlen und schließlich zu Backwaren verarbeitet wird. Außerdem konnten sie beobachten, wie Schweine, Hühner und Kühe artgerecht mit genügend Platz und Auslauf gehalten werden.



Mit einem selbstgemalten Plakat sammelten die Kinder freitags auf dem Sülzer Wochenmarkt Spenden für das große „WeltFrühstück“. Die Resonanz war so groß, dass die Kinder ihre „Ausbeute“ nur noch mit dem Bollerwagen zur Schule zurück transportieren konnten. „Der Bäcker Scherbarth stiftete große Mengen Brot und darüber hinaus sogar Teigrohlinge, mit denen die Kinder anschließend in der Schule selbst Brötchen backen konnten“ erzählt Sylvia Schaller, Klassenlehrerin der 4 a, begeistert.

Gesunde Brotaufstriche
Als Alternative zu Nutella-Brötchen lernten die Kinder eine breite Palette selbstgemachter Brotaufstriche kennen: Von Kressefrischkäse über Tomatenbutter bis hin zu Orangenaufstrich reichte die Auswahl der Geschmacksrichtungen, aus denen die Kinder ihre ganz persönliche Hitliste wählen konnten. Bei der Benennung der Aufstriche waren dem Einfallsreichtum keine Grenzen gesetzt: Ob „gelbe Kraftschnitte“, „happy honey“ oder auch „Schnee gras“ – die fantasievollen Namen verführten schon frühmorgens zum gesunden Ausprobieren. Und wer möchte nicht gerne mit einer schwungvollen „Montagsbutter“ aus würzigen Tomaten und Basilikum in die Woche starten? Die „Top 7“ der Brotaufstriche wurden von den 4. Schuljahren für die ganze Schule zubereitet. Die Rezepte wurden in einem Rezeptbuch zusammengestellt und an Eltern und andere Schulen verkauft.



Erntedank-Frühstück
Krönender Abschluss der Projektwoche war das WeltFrühstück für die ganze Schule am darauffolgenden Montag im Rahmen des alljährlichen Erntedankfestes. Nach einer buntgemischten Vorführung von Liedern, Gedichten und Theaterstücken rund um den Herbst sorgten die 4. Schuljahre dafür, dass das Thema gesunde Ernährung einen Vormittag lang „in aller Munde“ war. Die Kinder erzählten der ganzen Schule im Rahmen einer Aufführung, was sie in ihrer Projektwoche alles erlebt und erfahren hatten: Das „Gedicht vom Weizen“ machte deutlich, dass „viele Kinder auf der Welt zu wenig zu essen haben, während in anderen Ländern die Leute oft krank werden, weil sie zu viel und falsch essen“. Und Angelina ergänzt hierzu: „Wir haben davon

gehört, wie Kinder in Afrika, Asien und Südamerika frühstücken und dass Körner und Knollen in armen Ländern oft die wichtigste Nahrung sind und dennoch oft fehlen!“

Große Spendenbereitschaft
Die große Menge der Spenden machte es möglich, für alle Kinder der Schule ein Frühstück aus rein ökologischen Zutaten zuzubereiten: Frisches Obst und Gemüse, Dips, Honig, Brot mit selbstgemachten Aufstrichen, Milch, Tee und Saft erfreuten die Sinne der Kinder, Eltern und Lehrer einen ganzen Morgen lang. Es blieb sogar Brot zum Verkauf an die Eltern übrig, was die Spendendose für die Kinder in Mali füllte.

Weitere Perspektive
Das Projekt soll hier nicht sein Ende finden! Die Lehrerinnen der Schule planen bereits, das Thema gesunde Ernährung langfristig in den Schulalltag zu integrieren. In der Woche nach den Herbstferien fand eine Informationsveranstaltung zum Thema gesunde Ernährung und Bewegung für die Eltern statt. Idrissa Keita aus Mali kam in die Schule und erzählte Kindern und Eltern von seiner Jugend und las aus seinem Buch. Eine weitere neue Idee ist ein „Bonusheft“ für jeden Schüler, in dem die Komponenten für ein gesundes Frühstück abgestempelt werden können – bei vielen Bonuspunkten winkt eine gesunde Überraschung! Auch das Schulfrühstück soll weiterhin einen wichtigen Raum einnehmen, denn wie Thomas aus der 4 b bei der Aufführung bemerkte: „Es ist doch schön, wenn alle gemeinsam frühstücken!“

Ablauf/Teilprojekte

- Besuch auf dem biologisch-dynamischen Bauernhof Bollheim
- Zubereitung schmackhafter Aufstriche
- Erstellung eines Rezeptheftes
- Besuch auf dem Ökomarkt
- Brötchen backen/Brotverkauf an Eltern
- Ernährungspyramide
- Ernährungssituation der Nomadenkinder in Mali
- Info-Abend für Eltern zu gesunder Ernährung
- Dichterlesung mit Idrissa Keita aus Mali

Was frühstückt ihr in Mali?

Schule: Heinrich-Böll-Gesamtschule
Merianstraße 11
50765 Köln

Lehrer/-in: Herr Jochen Dorbach
Frau Ilona Thiemig

Klassen: 6 - 9

Rahmen: fächerübergreifender Unterricht

Themen: Gemeinsames „gesundes“ Frühstück
Vergleich verschiedener Frühstücksformen und Nährstoffgruppen
Probleme des Landes Mali
Konkreter Austausch mit Schülern in Mali
Lesung des Autors Idrissa Keïta
Besuch eines Bio-Bauernhofes

Projektwoche in den Klassen 6.7 + 6.8
Mit ihrer großen Begeisterung über die Projektidee „WeltFrühstück“ und die Materialien konnte Klassenlehrerin Frau Jostes nach dem ersten Vorbereitungstreffen ihr Jahrgangsstufenteam der Klassen 6 schnell von einer außerplanmäßigen Projektwoche überzeugen. Im Rückblick beurteilen sie und ihr Kollege Herr Fröbber die Woche als „ein schönes Projekt“, in dem die Schülerinnen und Schüler mit viel Freude und Interesse am Thema „Frühstück“ gearbeitet haben.

Als besonderes „highlight“ der Projektwoche wurde von den Schülern die Autorenlesung mit Idrissa Keïta aus Mali empfunden. Angeregt durch das Projekt und die originale Begegnung plant die Klasse 6.8 nun, mit Hilfe der Welthungerhilfe direkten Kontakt mit gleichaltrigen Schülerinnen und Schülern in Mali aufzunehmen. Um den afrikanischen Kindern die deutsche Frühstückskultur zu beschreiben, werden Bilder über deutsche Frühstücksgewohnheiten und Begleittexte im Kunst- und Deutschunterricht erstellt.

Ausstellung der Fotos und der Tuareg-Exponate aus Mali

Um das Interesse möglichst vieler Schüler und Kollegen an der Lesung und am Land Mali zu wecken, hatten die Betreuungslehrer eine Fotoausstellung über Mali sowie Original-Tuareg-Gebrauchsgegenstände von der Welthungerhilfe in Bonn ausgeliehen. Die Ausstellung wurde einen Monat lang präsentiert, so dass sie von mehreren hundert Schülern gesehen werden konnte. Durch die flexible Konzeption der Ausstellung konnten die Tuareg-Exponate gut in die Klassenräume gefahren und zum Abschlussfest am Elisabeth-von-Thüringen-Gymnasium mitgenommen werden.



Die Mali-Ausstellung in der Bibliothek wurde gleichzeitig von mehreren Lehrern zum Anlass genommen, im Gesellschaftsunterricht auf das Land Mali einzugehen und die Probleme eines Entwicklungslandes zu behandeln.

Autorenlesung mit Idrissa Keïta aus Mali

Nach dem zweiten Vorbereitungstreffen wurde in der Schulkonferenz einstimmig beschlossen, eine Autorenlesung mit Idrissa Keïta aus Mali in der Bibliothek der Heinrich-Böll-Gesamtschule durchzuführen. Die Ausstellung beeindruckte Schüler und Lehrer gleichermaßen und führte zu einem riesigen Interesse an der Lesung von Idrissa Keïta. Da dieser deswegen kurzerhand statt der vereinbarten zweistündigen Lesung zwei einstündige Veranstaltungen durchführte, konnten insgesamt 9 Klassen der Jahrgangsstufe 6 - 9 d.h. ca. 270 Personen an den Autorenlesungen teilnehmen. Die Schulbibliothek war bis auf den letzten Platz besetzt.

Der Schulleiter Herr Klamp und die stellvertretende Schulleiterin Frau Goebel führten die Anwesenden in die Thematik ein. Die von Herrn Keïta ausgewählten und vorgetragenen Gedichte „kamen“ bei allen Jahrgängen so gut „an“, dass mehrfach der Wunsch nach einer weiteren Lesung geäußert wurde. Spontan diskutierte Herr Keïta nach Ende der letzten Lesung noch lebhaft mit den Mitgliedern der Umweltschutzgruppe.



Teilnahme am Abschlussfest

Da eine Präsentation der Projektergebnisse der beiden Klassen auf dem Abschlussfest nicht möglich war, erklärten sich die Mitglieder der Umweltschutzgruppe und der Eine-Welt-Gruppe bereit, in ihrer Freizeit (d.h. in der einstündigen Mittagspause) Materialien für einen Stand zu erarbeiten und damit die eigene Schule auf dem Abschlussfest zu vertreten.

Ein geeignetes Thema fand sich in einem Vergleich zwischen „reichem“, „armen“ und „alternativem“ Frühstück (d.h. abfallarm und mit fair gehandelten Produkten). So konnte auch das Thema Abfallvermeidung aufgegriffen werden. Darüber hinaus wurden von den Betreuungslehrern mehrere Bildtafeln angefertigt, die die Aktivitäten der beiden Gruppen (die Umweltschutzgruppe existiert seit 15 Jahren und die Eine-Welt-Gruppe seit 2 Jahren) sowie die Entstehung der Cafeteria an der Heinrich-Böll-Gesamtschule (Böll-Oase), die seit ca. 10 Jahren von den Eltern in Eigenregie geführt wird, dokumentieren.

Rückblickend lässt sich sagen, dass dieses schulformübergreifende und fächerverbindende Projekt „WeltFrühstück“ von den Organisatoren gut vorbereitet war und geeignet ist, Gesundheitserziehung mit Erziehung zur Nachhaltigkeit und zum friedlichen Miteinander verschiedener Kulturen zu verbinden.



Ablauf/Teilprojekte

- Projektwoche zum Thema „WeltFrühstück“ in den Klassen 6.7 und 6.8
 - gemeinsames Frühstück in den Klassen
 - Vergleich Gesundes Frühstück – Alltagsfrühstück – Sonntagsfrühstück
 - Information über nötige Nährstoffe
- Frühstück in fremden Ländern
- Internationales Frühstücksbuffet
- Autorenlesung von Idrissa Keïta aus Mali mit 9 Klassen der Sekundarstufe I
- Ausstellung von Fotos und Tuareg-Exponaten aus Mali in der Bibliothek
- Schüleralltag in Mali
- Besuch eines Bio-Bauernhofes im Kölner Norden mit hofeigenem Bio-Laden
- Teilnahme der Umweltschutzgruppe und der Einen-Welt-Gruppe am Abschlussfest



„Der längste Frühstückstisch von Köln!“

Schule: Rheinische Schule für Körperbehinderte
Belvederestr. 147
50933 Köln

Lehrer/in: Frau Angelika Burauen

Klasse: ganze Schule

Rahmen: Projektwoche

Thema: Gesundes Frühstück
Herkunft der Produkte etc.

Die „Belve“ frühstückt

So lautete die Einladung an Grund- und Hauptschule, eine Woche lang dieses Thema als gemeinsames Projekt zu bearbeiten. Wie, wer, was, wo oder mit wem... alles war möglich. Nur enden sollte es am Freitag mit einem gemeinsamen Frühstück auf den Schulfluren mit dem Slogan: „Der längste Frühstückstisch von Köln!“



Jeden Morgen einen Apfel

Am ersten Tag der Projektwoche stand am Schuleingang ein einladender Frühstückstisch mit einem gesunden Müsli, zu Füßen ein Zentner frisch gepflückter Äpfel, die zum Mitnehmen in die Klasse erlaubt waren, nach dem

Motto „Ein Apfel am Tag...“. Jeden Tag wurden die Äpfel aufgefüllt, Eltern spendeten auch noch frische Walnüsse dazu, und ob Besucher, Busfahrer, Kollegen, Hausmeister... alle aßen eine Woche lang Äpfel... und nirgendwo lagen Abfälle herum!

Das Thema selber wurde mit allen Sinnen ausgelebt! Der lebenspraktische Unterricht ist ein wichtiger Bestandteil des Stundenplans und „Frühstücken“ gehört dazu. Viele körperbehinderte Schüler frühstücken erst in der Schule, weil zu Hause wenig Zeit ist, und das Anziehen und den Schulbus-Erreichen viel Zeit beansprucht. Ein gesundes Frühstück ist auch deshalb besonders wichtig, weil die Schüler viele Medikamente einnehmen müssen.

Geschmacksparcours und Bauernhof

Die Grundschüler lernten den Bauernhof mit Kühen und Hühnern kennen, bauten einen Geschmacksparcours auf und probierten verschiedene Müsliarten aus, um das Lieblingsmüsli zu finden, lernten den Tisch zu decken und sich ein Butterbrot zu schmieren.

Eine Vielzahl von Themen

In der Hauptschule befasste man sich fächerübergreifend mit dem Thema: z.B. wie vollwertige Ernährung aussehen kann, wie Sportler sich ernähren sollten, was ein Rollstuhlfahrer zum Frühstück braucht, wie andere Länder frühstücken, wie Großeltern und Eltern gefrühstückt haben, über Hunger und Gerechtigkeit, Gesundheit und Konsum, Zutaten und Inhaltsstoffe, Müllvermeidung u.v.m.

Spontan entstand ein Stufen-Schulchor mit einem Frühstückslied, der am Freitag als Hit auftrat. Am Donnerstag verteilte die Firma TUFFI mit einem Stand kostenlos Milchgetränke an alle. Das kam gut an!

Die Klasse 8 a frühstückte mit der grünen Bürgermeisterin Angela Spitzig, die die Schule zum Thema AGENDA besucht hat und sichtlich beeindruckt war von den Ergebnissen. Liebevoll gedeckte Tische unterschiedlichster Art zeigten das Ergebnis des Projektes am Freitag. Es war ein beeindruckender Anblick des „längsten Frühstückstisches von Köln!“

Aufregung durch eine „Zeitungssente“

Eine ungewollte Pressemitteilung brachte Frau Burauen um den Schlaf: Gleichzeitig nahm die Schule an der AGENDA-Woche teil, die Schule wollte interessierten Bürgern die vielen AGENDA-Projekten vorführen, aber auch von dem „Längsten Frühstückstisch von Köln“ berichten. In der Zeitung war jedoch zu lesen, dass die Schule alle interessierten Bürger an diesen Tagen zum Frühstück einlädt. Frau Burauen stellte sich schweissgebadet einen Zug hungriger Kölner auf die eigene Schule zukommend vor, die alle frühstücken wollten! Gott sei Dank waren es aber doch nicht so viele, die in den verschiedenen Klassen beköstigt wurden und auch Spaß dabei hatten.



Ausblick

24 Klassen haben ein gemeinsames Projekt mit viel Spaß und guten Ideen nach ihren Möglichkeiten bearbeitet und zum Abschluss den Beschluss gefasst, es jährlich zu wiederholen, um damit ein aktives Schulleben zu bereichern.

Ablauf/Teilprojekte

- Frühstück mit allen Sinnen
- Geschmacksparcours
- Kennenlernen eines Bauernhofes
- Alltagsbefähigung
- Zutaten und Inhaltsstoffe
- Vollwertige Ernährung
- Ernährung des Sportlers
- Wie frühstücken andere Länder?
- Wie frühstücken Eltern und Großeltern?
- Gesundheit um Konsum
- Müllvermeidung
- Frühstückslied

Rezepte:

Dinkel-Hamburger

ZUTATEN:

500 g Dinkel, feingemahlen
3 rote Paprika, fein gewürfelt
2 Zwiebeln, klein gewürfelt
2 Eier
200 g würzigen Käse, klein gewürfelt
Salz, Pfeffer, Curry, mutig würzen

ZUBEREITUNG:

Alle Zutaten zu einem Teig vermischen, mit nassen Händen kleine, flache Hamburger formen und im heißen Fett knusprig braun braten, kalt oder warm auf ein Vollkornbrötchen legen, mit Salatblatt, Ananasscheibe, Gurke oder Tomatenscheibe nach Lust und Laune belegen, mit Kräutersoße bestreichen und zuklappen. Mit viel Glück bekommt man ihn auch so gegessen: Guten Appetit!

TIPP: Lässt sich auf Vorrat gut einfrieren und im Toaster wieder auftauen!

Kräutersauce:

Schmand mit Natur-Jogurt und vielen Kräutern, Salz, Pfeffer, Zitronensaft, einer Prise Zucker und gerösteten Sonnenblumenkernen verrühren. Schmeckt auch so als Brotaufstrich oder als Dip zu Möhren und Kohlrabi und zu Reibekuchen.

Vollkornbrötchen:

500 g frischgemahlene Weizenmehl
350 g warmes Wasser
1 Päckchen Trockenhefe
etwas Salz
verschiedene Körner wie Sonnenblumen, Leinsamen, Sesamkörner, Kürbiskerne, gekeimte Samen oder Kräuter
Alles gut zu einem Teig verkneten und ca. 30 Min. ruhen lassen, zu einer Rolle formen, 10 Brötchen kneten und im Backofen 35 Min. bei 180° C backen.



Macht falsche Ernährung krank?

Schüler der Elsa-Brandström-Realschule gehen Zivilisationskrankheiten auf den Grund

Schule: Elsa-Brandström-Realschule
Berrenrather Str. 488
50937 Köln

Lehrer/-in: Frau Rode

Klassen: 5., 7. und 9. Jahrgangsstufe

Rahmen: fächerübergreifend
Biologie, Musik, Kunst

Themen: Ernährungsgewohnheiten
Zivilisationskrankheiten
Stimmungen musikalisch ausdrücken
Anbauweisen von Kaffee, Kakao und Tee

„Es ist doch paradox, wenn in den Industrieländern Menschen im Überfluss leben und absichtlich hungern, während in den Entwicklungsländern Tausende von Menschen an mangelhafter Ernährung sterben“, fanden die Schüler der Klasse 9 im Neigungsschwerpunkt Biologie und wählten damit den Schwerpunkt der Unterrichtsreihe „WeltFrühstück“ spontan selbst aus. Per Internet oder in der Bibliothek informierten sie sich in Gruppenarbeit über die Zivilisationskrankheiten Bulimie und Magersucht, über Sinn und Unsinn von Diäten sowie über die unterschiedlichen Nährstoffe und ihre Bedeutung für den Körper. Sie erstellten themenbezogene Plakate, mit denen sie ihre Mitschüler über die neugelernten Inhalte informierten.



Wo wächst unser Kaffee?

Ob Kakao, Tee oder Kaffee – fast alle unserer Frühstücksgetränke sind importiert. Das fanden die Schüler der 7. Schuljahre im Biologieunterricht heraus und untersuchten die Rohstoffe für ihre Getränke einmal kritisch: Wo kommt unser Kakao eigentlich her? Wer baut den Tee unter welchen Bedingungen an? Und seit wann trinken wir in Deutschland Kaffee? Der Fantasie waren beim Fragen und Recherchieren keine Grenzen gesetzt, so dass hieraus informative Collagen entstanden.

Gute Morgenstimmung mit Klassik

Von der musikalischen Seite näherten sich die Schüler der 5. Schuljahre dem Frühstück: Zu den Klängen von Edvard Griegs „Peer Gynt Suite“ – Morgenstimmung – assoziierten sie ihre Gefühlsstimmungen. Dass sich das heitere Stück für einen frohen Tagesbeginn hervorragend eignet, zeigen die Assoziationen, die von „sonnig“ über „lieblich“ bis hin zu „fröhlich“ reichten. Aus Hintergrundinformationen über den Autor und die Analyse der Instrumentalisierung und Lautstärkeführung erstellten die Kinder Plakate, auf denen sie den Betrachtern ihre „Morgenstimmung“ anschaulich nahe brachten.

Für den Verkauf auf dem Schulfest im Elisabeth-von-Thüringen-Gymnasium wurden von der 7 b leckere Pralinen hergestellt und der Erlös gespendet. Die Klasse 5 verkaufte selbsthergestellte Einladungskärtchen in attraktiver Marmorieretechnik.

Ablauf/Teilprojekte:

- Zivilisationskrankheiten (Magersucht, Bulimie)
- Sinn und Unsinn von Diäten
- Nährstoffe
- Frühstücksgetränke (Kakao, Kaffee, Tee)
- Edvard Grieg: Peer Gynt Suite, „Morgenstimmung“



Kölsche Pänz fragen die Tuaregkinder „Und was frühstückst du?“

Schule: Don-Bosco-Grundschule
Humboldtstraße 81
51145 Köln

Lehrer/-in: Frau Claudia Drießen

Klassen: 2 c

Rahmen: fächerübergreifender Unterricht

Thema: Leben und Ernährung in anderen Ländern, gesunde Ernährung

Wie frühstücken Kinder anderswo?

Als die Kinder vieles über das Leben der Tuareg-Kinder erfuhren, blieben einige Fragen offen. Grund genug, sich in persönlichen Briefen an die Kinder in Mali zu wenden. Allein die langen fremdländischen Namen animierten die Kinder zu zahlreichen Fragen. Alina schrieb an Samma Ag Mohamedoume: „Warum hast du so viele Namen?“. Auch Fragen aus dem Alltag der Kinder wurden gestellt. „Ich spiele gerne Fußball, magst du auch Fußball?“ fragt Christian Muhammed Tidabba. Mit Hilfe eines französisch-sprachigen Vaters werden die Briefe jetzt übersetzt und anschließend nach Mali geschickt. Alle sind sehr gespannt auf die Antworten.

Morgendliche Essgewohnheiten

Eine Umfrage zu den Frühstücksgewohnheiten in der Klasse zeigte als Einstieg in das Thema Frühstück die Vielfalt der Möglichkeiten: Von verschiedenen Zutaten bis hin zur unterschiedlichen Dauer reichten die Antworten. Da viele Kinder morgens gar nicht frühstücken oder zum Schulfrühstück ungesunde Beilagen mitbringen, war es auch ein Ziel der Reihe, die Essgewohnheiten der Kinder zu verändern und sich mehr Zeit für das gemeinsame Frühstück zu nehmen. Hierzu wurden der Nahrungskreis und Aspekte gesunder Ernährung thematisiert. Die Resonanz der Eltern auf das Thema „WeltFrühstück“ war bei einem Elternabend so groß, dass sie sich spontan zur Mithilfe entschlossen. Jeweils eine Woche lang stand ein Herkunftsland der Kinder mit seinen Frühstücksgewohnheiten im Mittelpunkt des Unterrichts und bot Kindern und Eltern die Möglichkeit, ihr Land vorzu-

stellen. Ein Vater aus dem Senegal bereitete mit den Kindern den landestypischen Hirsebrei aus Hirse und Wasser zu. Die Kinder waren beeindruckt davon, dass man mit nur einer einzigen Zutat frühstücken kann, auch wenn ihnen der Brei sehr fremd schmeckte. Den „Clou“ bildeten Stöckchen, mit denen nach dem Essen die Zähne geputzt wurden. Einen tieferen Einblick in die Landeskultur erhielten die Kinder beim anschließenden gemeinsamen Trommeln.

Türkisches Frühstück

In der „Türkei-Woche“ probierten die Kinder türkisches Frühstück mit Gurken, Tomaten und selbstgemachten Sesamwaffeln. Sie informierten sich über das frühere Alltagsleben in der Türkei und erstellten Plakate hierzu. Im Sprachunterricht lasen sie Geschichten von Nasreddin Hodscha, dem türkischen Eulenspiegel. Nach Vorlage des türkischen Schattenspiels wurden Schattenfiguren gebastelt und eigene Geschichten mit ihnen eingeübt. Frau Drießen erhofft sich einen Erfolg auch über das Projekt hinaus:



„Frühstücken soll weiterhin ein wesentlicher Bestandteil im Schulalltag bleiben. Wir versuchen, uns hierfür mehr Zeit zu nehmen.“

Ablauf/Teilprojekte:

- Einstieg über das „WeltFrühstücks“-Plakat
- Das Leben der Nomaden
- Briefe an Tuareg-Kinder
- Umfrage zum Frühstück der Kinder der 2 c
- Nahrungskreis / gesunde Ernährung
- Frühstück aus allen in der Klasse vertretenen Nationen (z.B. Senegal, Türkei)
- Trommelworkshop
- Türkisches Schattenspiel und Geschichten

Von Apfelgelee bis Tischsets – rund ums Frühstück alles selbstgemacht!

Schule: Hauptschule Baadenbergerstr.
Baadenberger Str. 111
50825 Köln

Lehrer/-in: Frau Frauke Welbers u.a.

Klassen: ganze Schule

Rahmen: Projektwoche

Themen: interkulturelles Verständnis
Herkunft der Lebensmittel
hauswirtschaftliche Fähigkeiten

Vom Euter zur Saftbar

Beim Präsentationstag an der Hauptschule Baadenbergerstraße konnten Eltern, Lehrer und Mitschüler die Ergebnisse einer Schul-Projektwoche rund um die Ernährung bestaunen und vor allem auch ausgiebig probieren. Die Palette der Angebote war äußerst bunt: Viel Spaß hatten die Besucher am Stand der Projektgruppe „Milch“, an dem man sich nicht nur über die Herkunft und Verarbeitung der Milch informieren, sondern auch an einer lebensgroßen Kuh mit prallgefülltem, künstlichen Euter das Melken lernen konnte. Die erzielte Wassermenge konnte wahlweise in Bananenmilch oder Kakao getauscht werden. Dazu passend hatte eine Projektgruppe aus Zeichnungen der Kinder Tischsets für einen fröhlichen Tagesbeginn hergestellt, andere Schüler boten die passenden Tischdecken zum Kauf an.



Ein Verkaufsschlager waren die aus Holz ausgesägten Frühstücksbrettchen. Ein Hingucker waren die kleinen Kühe aus Luftballons und Pappmaché. An der Saftbar gab es frisch gepresste Säfte. Eine Projektgruppe stellte den Besuchern die unterschiedlichsten Teesorten vor. Hier konnten lösliche Tees, Kräutertees bis hin zum Früchtetee „Ehrenfelder Sauwetter“ probiert werden.



Nach dem Besuch einer Backstube konnten die Kinder der 6. und 8. Klasse selbstgebackenes Brot anbieten. Die Schüler der 6a setzten ihre Erfahrungen und Assoziationen zum Brot backen thematisch im morgendlichen Gottesdienst um. Passend zu den verschiedenen Brotsorten wurden unterschiedlichste Brotaufstriche hergestellt und angeboten. Zum Frühstück aus Frankreich, England und Deutschland lud eine Schülergruppe ein – eine andere hatte die Thematik „Menschen auf der Flucht“ und „Was essen Flüchtlinge“ in einer Dokumentation aufgearbeitet. An einer bunten Müslibar konnten die verschiedensten Müslikombinationen probiert werden.

An einem Tisch mußte man jedoch vorsichtig sein – eine Projektgruppe hatte sehr detailgetreu und lebensecht einen Frühstückstisch aus Gips und Pappe geformt. Weitere Projekte waren die Zusammenstellung eines Rezeptheftes mit gesunden Tips und Ideen, sowie die Herstellung von Honig von „schuleigenen“ Bienen.

Kochen mit Produkten aus der „ökologischen Gemüsetüte“

Die Firma Ökofrisch hatte der Gruppe, die sich aus Schülern der Klassen 8 und 9 zusammensetzte, Gemüsetüten für das Kochen im Unterricht gesponsert. Die Mehrzahl der Schüler nehmen in ihrem Alltag fast nur Fertigprodukte zu sich, bzw. suchen McDonalds auf. Darum ist es schwierig, sie für den ihnen ungewohnten Geschmack frischer Produkte zu begeistern. Die Schüler stellten Mangold-Lasagne, Tomatensuppe, Sauerkrautsuppe und -quiche her, die den Köchen auch gut schmeckten. Schüler der anderen Klassen probierten die ungewohnten Gerichte nur zaghaf. (Was der Bauer nicht kennt, das isst er nicht!)



Mangold-Lasagne

1 kg Mangold putzen, waschen, tropfnass in einen Topf geben, zusammenfallen lassen, auf einem Sieb abschütten, erkalten lassen, ausdrücken, klein schneiden.

Sauce:

60 g Butter schmelzen

60 g Mehl darin andünsten

1 l Milch nach und nach zugießen, dabei kräftig rühren

mit Salz, Pfeffer, Muskat, Zitronensaft abschmecken

ca. 400 g Lasagne-Nudeln

Mangold, Nudeln, und Sauce abwechselnd in eine Auflaufform schichten. In einen kalten Backofen schieben, bei 200° C 40 Min. backen.

„Ein Hauch von Apfel“

Köstlicher Apfelduft erinnerte an weihnachtliche Bratäpfel, noch bevor sich die ersten Tropfen Apfelsaft aus dem Entsafter abzapfen ließen. Die 6 Schüler der Klasse 7 hatten in mühsamer Kleinarbeit gut 20 kg Äpfel gewaschen und kleingeschnitten, um sie zu Apfelgelee zu verarbeiten.

Für sie war es die erste Begegnung mit dem Hauswirtschaftsunterricht, daher standen neben der Zubereitung auch grundlegende Fertigkeiten wie die Auswahl der richtigen Messer und Schneidebretter und selbstverständlich Spülen auf dem Lernprogramm. Natürlich gehörte auch immer wieder – gesundes – Naschen zwischendurch dazu. Bis die 1250 ml für die erste Portion Apfelgelee endlich zusammen waren, malten die Kinder kunstvolle Etiketten für die Gläser. Die Spannung stieg noch einmal bei der Gelierprobe: Wird das Gelee schon fest oder müssen wir noch weiter kochen? Beim 2. Anlauf war das Ergebnis so zufriedenstellend, dass das flüssige Gelee eiligst in Gläser abgefüllt wurde.

Auf dem großen WeltFrühstücks-Fest verkauften die Kinder Gelee, Honig, Tischdecken und Sets. Der Erlös wurde an die Welthungerhilfe zugunsten der Nomadenkinder in Mali gespendet.

Ablauf/Teilprojekte:

- Herstellung von Apfelgelee
- Honig von „schuleigenen“ Bienen
- Brot backen / Besuch einer Backstube
- Brotaufstriche herstellen
- Woher kommt die Milch?
- Kochen aus der ökologischen Gemüsetüte
- Erstellen eines Rezeptheftes
- Tischdecken und -sets batiken
- Frühstücksbrettchen sägen
- Flüchtlingsfrühstück
- Frühstück in England, Frankreich, Türkei
- Rund um den Apfel
- Müslibar
- Frühstück aus Gips und Pappe
- Statistische Umfrage zu eigenen Frühstücksgewohnheiten

Leben wie im Schlaraffenland?

Schule: Elisabeth-von-Thüringen-Gymnasium
Nikolausstraße 53
50937 Köln

Lehrer/-in: Frau Sauerbier

Klassen: Klasse 7 b, Jahrgangsstufe 12

Rahmen: fächerübergreifender Unterricht
(Kunst, Deutsch)

Thema: künstlerischer Umgang mit dem Thema Frühstück

Die Schüler des Elisabeth-von-Thüringen-Gymnasiums näherten sich dem Thema Ernährung von der künstlerischen Seite: Das 7. Schuljahr beschäftigte sich intensiv mit dem Bild „Schlaraffenland“ von P. Bruegel, mit dem dieser die Zeit des spanisch-niederländischen Bürgerkriegs gesellschaftskritisch beleuchtete. Die Schüler aktualisierten das Thema und kritisierten damit Ungerechtigkeit, Konsumsucht und Fehlernährung in der heutigen Zeit. Im Original liegen die drei Schlaraffen (Bauer, Soldat, Gelehrter) unter dem „Schlaraffenbaum“ im tiefsten Schlaf, nachdem sie sich durch den Überfluss des Schlaraffenlandes hindurch gefressen haben. Im Schlaraffenland 2001, dargestellt als „Lebendes Bild“ aus Kindern auf Stoffbahnen, aus Draht und Dispersionsfarbe, geben sich Müllmann, Lehrer und Computerspezialist nach einer „Fressorgie“ dem Müsiggang hin. Wie vor 400 Jahren die Schlaraffen, haben auch diese Menschen in unserer Gesellschaft eine wichtige Funktion:

- Ohne den Müllmann würden wir im Wohlstandsmüll ertrinken,
 - ohne Computer geht heute nichts mehr,
 - lebenslanges Lernen ist in unserer schnelllebigen Zeit nötiger denn je.
- Bei der Übertragung von Bruegels Bild in die Gegenwart entstanden viele Fragen:
- Sind wir Schla(ra)ffis, für die nur das eigene Wohlergehen zählt?
 - Denken wir an die Folgen der grenzenlosen Konsumsucht für uns und andere?
 - Wie (umweltverträglich) sind unsere Essgewohnheiten?

Auch die Lebensmittel wurden auf den heutigen Stand gebracht: „Statt Braten wie bei Bruegel gibt es heute Hamburger, statt Pfannkuchen Baguette und Croissants, statt Grießbrei Nutella und Eis.“ (Julia)

Die Darstellerin Lina Bali erzählt: „Wir haben Bruegels Bild vom Schlaraffenland aktualisiert und ich war der Müllmann. Ich lag auf meinem Platz unter dem Schlaraffenbaum. Ich konnte niemanden sehen, wusste aber, dass mich alle sehen konnten. Ich schaute zu den Zuschauern und sah das WDR-Team, das von uns Aufnahmen machte. Als die erste Vorführung vorbei war, gab es einen dicken Applaus von den Besuchern, die begeistert waren. Das war für mich das Schönste am WeltFrühstück.“



Die Schüler entwarfen die Texte zum Bild im Deutschunterricht und installierten ihre Ideen aufwendig als „Lebendes Bild“, indem sie aus Pappmaché einen Toaster, eine Cola-Dose, einen großen Baum mit Leckereien, wie z.B. Eistüten herstellten. Eine Schülerin berichtet: „Was ich ganz besonders witzig fand, es gab noch ein Croissant, ein Baguette und einen dicken Hamburger, die Füße bekamen, so dass man den Eindruck hatte, dass sie laufen konnten und lebendig waren.“

Die Schüler der Kunst-Leistungskurse der Jahrgangsstufe 12 entwarfen teils in Collagetechnik farbenfrohe und aussagestarke Plakate zum Thema WeltFrühstück, die auf dem Fest prämiert wurden.

Cafeteria für Mali

Einige Schüler organisierten eine Cafeteria, deren Erlös an die Welthungerhilfe gespendet wurde. „Wenige Tage später sahen wir uns einen Fernsehbericht über das WeltFrühstück an. Es war toll, wie viele sich an diesem Projekt beteiligt hatten und ich freute mich, dass wir mit dem Geld der Cafeteria wenigstens ein paar Kindern in Mali die Zukunft sichern konnten.“, so Laura Harwarth.

Zeichnerische Umsetzung mit Kommentaren zum Thema Frühstück im Grundkurs Kunst der Jahrgangsstufe 11

Lehrerin: Frau Cornelia Hesse-Berndorf

Was bedeutet mir mein morgendliches Frühstück? Welchen Stellenwert messe ich ihm bei? Gibt es ein Alltags- und ein Sonntagsfrühstück? Frühstücke ich in aller Eile oder genieße ich die morgendliche Ruhe und was gibt mir mein Frühstück für den Tag? Was frühstücke ich überhaupt?

Von diesen Ausgangsfragen motiviert, hinterfragte jeder Schüler für sich seine eigenen Frühstücksgewohnheiten und Vorlieben. Aber wie kann ich das bildnerisch umsetzen, damit meine Idee auch verstanden wird?



Mein Frühstück ist nur sonntags so lecker! Sonst frühstücke ich nicht regelmäßig
Big Bianca Aufermann



Moderne Esskultur Jessica Krümer

Es wurden unterschiedliche Bildkompositionen betrachtet und analysiert. Über erste Skizzen gelangten die Schüler zu ihren eigenen Bildfindungen. Der dazugehörige schriftliche Kommentar ergab sich dann von selbst. Spannend fanden die Schüler die Diskussion der fertigen Bilder – hatten sie doch oft ihre Mitschüler ganz anders eingeschätzt.

Kommentare von Schülern zu den Lesungen

„Ich dachte immer, die Leute in Afrika wären arm. Aber sie sind reich. Nicht an Geld, aber an Erfahrung und Familie.“ Sven

„Der Klasse sind die besonders starken Gegensätze von Arm und Reich ins Auge gefallen, da die reichen Menschen in Indien in großen Häusern und Palästen leben, während die ärmeren Familien in kleinen dreckigen Hütten und viele Kinder sogar auf der Straße leben müssen.“ Sabrina

„Über Mali haben wir erfahren, dass die Leute zwar nicht reich sind, aber auch nicht so arm, wie man immer behauptet, auch dass die Häuser in den Dörfern mit Stroh bedeckt sind, dass die Frauen in Mali mit den Händen waschen und nicht mit einer Waschmaschine, dass es in den großen Städten Supermärkte gibt, aber in einem Dorf hat man ja seinen Garten, dass die Kinder auch mit einem Füller schreiben und Mali sich bemüht, viele neue Schulen zu bauen.“ Benjamin

„In Indien gibt es zum Frühstück Fladenbrot, Gemüse und Tee. Obst können sich nur die Reichen leisten. Im Hinduismus darf man kein Fleisch essen, man darf auch nicht rauchen, wenn die Großmutter da ist.“ Laura



Frühstückskulturen in unserer Heimat

Schule: Elisabeth-von-Thüringen-Gymnasium
Nikolausstraße 53
50937 Köln

Lehrer/-in: Frau Angelika Weidemann

Klassen: Klasse 6 a, 6 b

Rahmen: fächerübergreifender Unterricht (Biologie, Erdkunde)

Themen: Frühstückskulturen in den Heimatländern der Schüler
Vom Korn zur Müsli flocke

Frühstückskulturen in unserer Heimat

Die Schüler der Klasse 6 a befragten Schüler anderer Klassen nach deren Nationalität und nach den im jeweiligen Land gebräuchlichen Frühstücksgewohnheiten. Die befragten Schüler holten eifrig diese Informationen ein. Dabei kam eine Vielzahl von Nationalitäten zusammen: Türkei, Indien, Vietnam, Korea, China, Spanien, Italien, Brasilien, England, Frankreich und USA.

Einige riefen sogar ihre Großeltern oder andere Verwandte in der Türkei und Indien an. So wurde eine Vielzahl von Frühstücksgewohnheiten zusammengetragen. Eigene Erfahrungen aus dem Urlaub ergänzten die Auskünfte. Darüber hinaus beschäftigten sich die Schüler gruppenweise mit der Geographie und Kultur ausgewählter Länder. Diese Berichte wurden zusammen mit dem Frühstück des jeweiligen Landes in Form einer langen Frühstückstafel auf dem WeltFrühstücks-Fest der Öffentlich-



keit präsentiert. Selbstgemalte Flaggen markierten die jeweiligen Länder. Die bunte Vielfalt kostete Zeit und Arbeit. So wurde noch am frühen Morgen das Spiegelei für das englische Frühstück gebraten. Eine Schülermutter kochte eine Vielzahl von chinesischen Leckereien, die es dort sicher nicht bei jedem Alltagsfrühstück gibt.

Vom Getreidekorn zur Müsli flocke

Die Klasse 6 b beschäftigte sich mit der Entwicklung der Getreidepflanzen. Wie unterscheiden wir die unterschiedlichen Getreidekörner? Was benötigen die Samen zum Keimen? Unter welchen Bedingungen keimen die Samenkörner besser oder schlechter?

Den Fragen wurde experimentell nachgegangen. Getreidekörner wurden nach Form und Aussehen unterschieden, der jeweilige Stärkegehalt überprüft. Darüber hinaus wurden Keimungsversuche mit verschiedenen Getreidearten durchgeführt (in Abhängigkeit von unterschiedlichen Temperaturen, Licht- und Wasserverhältnissen). Die Entwicklung des Getreides von der Saat bis hin zur Ernte wurde dokumentiert.

Was ist ein gesundes Müsli?

Unterschiedliche Müsli-Mischungen wurden in Supermärkten und Bio-Läden gekauft und auf ihre Bestandteile hin analysiert. Was ist ein gesundes Müsli? Was bedeutet „geschwefelt“? Was ist der Unterschied zwischen konventionellem und biologisch kontrolliertem Anbau? Wie wirken sich chemische Konservierungsstoffe aus? Wie entsteht eine Flocke? Fragen über Fragen, denen nachgegangen wurde.

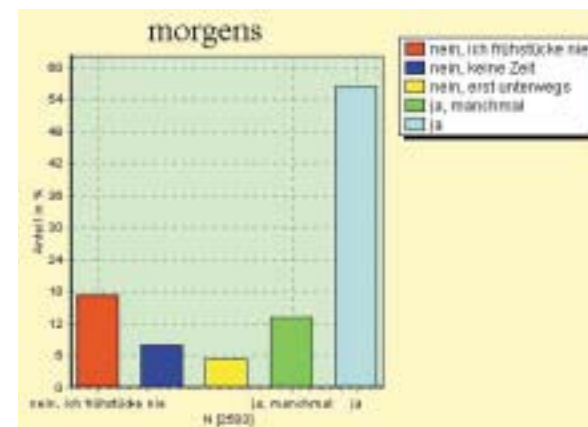
Praktisch und tatkräftig wollte ein Schüler ein Korn mit dem Hammer flachklopfen – dieses zersprang jedoch nur in viele Stücke. So ging es also nicht! Mit einem eingeweichten Korn klappt es schon besser. Die Ergebnisse aller Untersuchungen wurden ebenfalls auf dem Schulfest ausgestellt.



Befragung von benachbarten Schulen zum Frühstücksverhalten

Der Differenzierungskurs der Stufe 10 (Lehrerin Frau Weidemann) beschäftigte sich mit einer umfangreichen Umfrage zum Frühstücksverhalten von Schülern. Die Fragebogen wurden selbst entwickelt und möglichst viele Schüler befragt. Dabei wurden nicht nur Klassenkameraden sondern auch Schüler des benachbarten Schiller-Gymnasiums, der Elsa-Brandström-Realschule, des Albertus-Magnus-Gymnasiums und der Montessori-Hauptschule mit einbezogen. Insgesamt wurden dann 2.683 abgegebene Fragebogen ausgewertet. Die Fragen und die einzelnen prozentualen Auswertungen sind im Internet unter der Adresse www.evt-koeln.de einzusehen.

Fragestellungen waren z.B.: Frühstückst du morgens (nach Geschlecht und Schultyp getrennt)? Was wird in den jeweiligen Schulformen gefrühstückt? Wer gibt wieviel Geld für ein Pausenbrot aus?



Frühstückst du morgens?
Über alle Schulen und Jahrgänge gemittelt frühstücken mehr als 25 % unserer Schüler nicht.

Interessant war, dass 25 % der Schüler gar nicht frühstückten, oder dass z.B. gerade Schüler aus sozial schwächeren Schichten mehr Geld für das Frühstück am Kiosk abgeben. Ein weiteres Ergebnis war, dass die Unterstufe (Klasse 5/6) noch zu Hause ausführlich frühstückt, während in der Mittelstufe doch mehr Schüler ohne Frühstück zur Schule kommen (lt. mündlicher Aussage wollen diese Schüler ungern früher aufstehen, um Zeit zum Frühstück zu haben, sondern lieber länger schlafen).

Plakataktion „WeltFrühstück“

Der Grundkurs / Leistungskurs der Jahrgangsstufe 12 im Fach Kunst des Lehrers Herrn B. Föll stellte großformatige Malereien zum Thema „Frühstück“ her. Ausgangspunkt waren Mind-Maps und hinführende Skizzen mit dem überarbeiteten Logo des WeltFrühstücks. Diese dienten als Fundgrube für eine komplexe Bildgestaltung, in der die sich überlagernden unterschiedlichen Motive eine neue Bildrealität schufen.



Das Werk der Schülerin Darja Naumez wurde als Logo des Projektes „WeltFrühstück“ ausgewählt (s. Deckblatt dieser Dokumentation), ein Motiv der Schülerin Britta Berlit als Logo für ein weiteres Projekt zum Thema „Gesunde Ernährung“ an Schulen. Die vielfältigen und sehr ansprechenden Ergebnisse wurden auf dem Schulfest ausgestellt und vom Publikum bewundert.



Wie frühstückte Jesus?

Schule: Elisabeth-von-Thüringen-Gymnasium
Nikolausstraße 53
50937 Köln

Lehrer/-in: Herr Rudelius

Klassen: 7. Schuljahr

Rahmen: Religionsunterricht

Thema: Reflexion der eigenen Konsumgewohnheiten
traditionelles Bauernfrühstück in Palästina
kritische Auseinandersetzung mit der Israel-Problematik

„Wie frühstückte Jesus?“

wollten die evangelischen Schüler der Jahrgangsstufe 7 wissen, als sie im Religionsunterricht das Judentum behandelten. Sie hatten bereits die jüdische Sabbatfeier „hautnah“ erlebt, indem sie selbst nachspielten, wie die Männer am Freitag in die Synagoge gehen, die Frauen in der Zwischenzeit das Essen zubereiten und den Tisch festlich decken. Alle gemeinsam sprechen ein Friedensgebet, danken für das gute Mahl, essen und dabei werden Bibeltex-te aus dem alten Testament vorgelesen. Durch die Aktion „WeltFrühstück“ wurde ihr Interesse vertieft, mehr über die Essgewohnheiten im ländlichen Palästina zu erfahren.

Eigene Frühstücksvorlieben

„Die Kinder betonten, dass es am schönsten sei, an einem schulfreien Tag ausreichend Zeit für das Frühstück zu haben“ stellt Religionslehrer Rudelius fest. Aber auch die Zubereitung und Zusammensetzung des Frühstücks wurde thematisiert und mit dem in Palästina verglichen. Eine Schülerin mit engem Kontakt nach Israel bereitete für den Kurs zunächst ein israelisches, überwiegend kontinental geprägtes Frühstück zu. Nach Informationen von in Deutschland lebenden Palästinensern wurde anschließend auch ein traditionelles palästinensisches Bauernfrühstück zubereitet, das für die Kinder sehr fremd aber gleichzeitig auch

sehr spannend war. Zutaten wie Sesam (Tahin), Hirse, Mandeln, Auberginen, Fladenbrot, Oliven, Schafskäse und Kichererbsenmousse nehmen in der Ernährung der Landbevölkerung einen wichtigen Raum ein.



Kein Frieden – Kein Frühstück!!

Auch der politische Konflikt um die besetzten Gebiete im Westjordanland war Unterrichtsthema, da die Ernährungssituation der Bevölkerung hiervon entscheidend abhängt. Wasser ist in den besetzten Gebieten auf 16 Liter pro Tag und Kopf rationiert und auch die lebensnotwendige Olivenernte ist immer wieder durch Zerstörungen gefährdet. Gerade zur Zeit der Terror-Angriffe auf die USA nahmen die Schüler dies zum Anlass, Segenssprüche für den Frieden in der heutigen Zeit zu formulieren.

Ablauf/Teilprojekte:

- jüdisches Sabbatfest
- palästinensisches Frühstück
- Formulieren eigener Friedensgebete

Total international!

Frühstück bei uns und in anderen Ländern

Das Thema „Frühstück bei uns und in anderen Ländern“ war für 4 Wochen der Unterrichtsschwerpunkt der Kinder und Jugendlichen der Ober- und Werkstufe. Da viele Schüler morgens ohne Frühstück in die Schule kommen, war es ein Hauptanliegen der Lehrer, ihnen die Bedeutung des Frühstücks für die eigene tägliche Leistungsfähigkeit zu vermitteln. Im Unterricht und beim gemeinsamen Frühstück konnten sie erfahren, dass es wichtig ist zu frühstücken, um sich den Tag über stark und fit zu fühlen.

Jede Woche ein anderes Land

4 Wochen lang haben sich die Klassen je eine Woche mit einem anderen Land und seinen Frühstücksgewohnheiten beschäftigt. Im Hauswirtschaftsunterricht bereiteten sie englisches Rührei, türkische Suppe und afrikanischen Hirsekuchen zu. Begeistert waren die Kinder von „Fish and chips“, das in der englischen Woche mittags für alle gekocht wurde. In den Projektwochen arbeiteten die Schüler überwiegend fächerübergreifend. In Musik- und Sportunterricht lernten sie afrikanische und türkische Tänze. Im Sachunterricht beschäftigten sie sich intensiv mit den Ländern Türkei, England, Ghana und Frankreich und erstellten bunte Länderplakate als Collagen aus Rezepten, Informationstexten, Zeichnungen und Liedern.



Schule: Sonderschule Kolkrabenweg
Kolkrabenweg 8-10
50829 Köln

Lehrer/-in: Frau Koch, Frau Klein-Renner,
Frau Volkmar-Wachten

Klassen: Mittel-, Ober- und Werkstufe

Rahmen: fächerübergreifender Unterricht

Thema: Bedeutung von Frühstück
fremde Kulturen und Religionen

Fremde Religionen

Diese Schule wird von vielen türkischen Kinder besucht. Deswegen stand im Religionsunterricht auch der Islam auf dem Stundenplan. Die Kinder lernten den Koran kennen, erfuhren von der Bedeutung der Gebetsketten und -teppiche und vom Alltag der Moslems. Als Wahrzeichen der jeweiligen Länder nähten sie im Textilverricht riesige Länderflaggen, die im Foyer der Schule aufgehängt wurden.

Buffet mit internationalen Köstlichkeiten

Den Höhepunkt der Aktionswochen bildete das gemeinsame Frühstücksfest mit einem Buffet aus internationalen Köstlichkeiten: Türkische Suppe, Schafskäse, Oliven, französische Croissants, Hirsekuchen, Datteln und Feigen aus Afrika, englisches Rührei, Schinken und Toast. Dazu spielte internationale Musik und die Schüler konnten die Arbeit ihrer Mitschüler an den Plakatwänden bewundern. Für große Aufregung sorgten die afrikanischen Tänze, Trommeln und Gesänge, die die Kinder voller Stolz der ganzen Schule vorführten. Um die aufwändige Arbeit der Kinder zu würdigen, wurden die Ausstellungen und Tänze beim Schulfest den Eltern vorgeführt.

Ablauf/Teilprojekte:

- Bedeutung von Frühstück
- Unterricht zu fremden Ländern
- Erstellen von Plakaten
- Internationales Kochen
- Erstellen von Länderflaggen
- Afrikanisches Trommeln, fremdsprachige Lieder
- Afrikanische und türkische Tänze
- Internationales Frühstücksbuffet

Eine kulinarische Weltreise

Schule: Gymnasium Genovevastraße
Genovevastraße 58-62
51063 Köln

Lehrer/-in: Frau M. Funke-Schumacher,
Frau C. Garbe, u.a.

Klassen: 6., 9. und 10. Schuljahr

Rahmen: fächerübergreifender Unterricht

Thema: Verständnis für fremde Kulturen vertiefen, eigenes Frühstücksverhalten reflektieren

Multikulturelles Lernen

Am Genoveva-Gymnasium in Köln-Mülheim steht multikulturelles Lernen tagtäglich auf dem Stundenplan, kommen doch ein Drittel der Schüler aus der Türkei und ein weiteres Drittel aus den ehemaligen Ostblock-Ländern. An der Schule sind insgesamt 35 Nationen vertreten. Der Schwerpunkt der Aktionswoche zum WeltFrühstück lag daher auf dem multikulturellen Aspekt.

Zum Klang der Trommeln

Die Aktionswoche wurde eingeläutet mit einem Trommelworkshop durch den Senegalesen Massamba Diuf. Die Schüler des 9. Schuljahres lernten, sich über den Rhythmus der Trommeln auszudrücken und erfuhren über die Musik einen sehr unmittelbaren Zugang zur afrikanischen Kultur. Massamba Diuf vertiefte diese Erfahrung im Laufe des Vormittages durch Erzählungen aus dem Alltag im Senegal. Besondere Bedeutung nahm hierbei der religiöse Hintergrund der Moslems in Afrika ein. So konnte er den Schülern die soziale Bedeutung der Vielehe in Afrika sehr anschaulich vermitteln, so dass deren anfangs ablehnende Haltung einem mehrdimensionalen Verstehen weichen konnte. Damit konnte auch manche aus unserer Sicht fremde Verhaltensweise besser verstanden werden. Auch der direkte Vergleich der Lernsituation der Kinder im Senegal und in Deutschland wirkte noch lange bei den Schülern nach. „Lernen ist wichtig. Ihr könnt so froh sein, dass ihr so eine gute Schule hier habt und engagierte Lehrer – macht etwas daraus“

lautete die Botschaft, die Massamba Diuf den Schülern mit auf den Weg gab.

Bunter Schulhof

An den darauf folgenden Tagen wurde auf dem Pausenhof „Frühstück aus aller Welt“ angeboten, zubereitet von den Schülern der Klassen 10, die auf diesem Weg ihre Heimatländer vorstellen konnten. Von Maisbrot und gebackenen Bananen aus Ghana über türkische Hamburger, schwedische Kaneelschnecken



und Preiselbeersirup bis hin zu rumänischen Quark- und Kirschtaschen reichte die Palette der angebotenen Speisen, die die Schüler gerne als Alternative zum Pausenbrot probierten. Plakate informierten darüber hinaus über die Frühstücksgewohnheiten in den vertretenen Ländern.



Frühstück im Wandel der Zeit

Angefangen bei dem heute angenommenen Frühstückverhalten in der Steinzeit (bzw. heutiger Naturvölker) über Beispiele römischer Essgewohnheiten wurden schließlich die Unterschiede der höfischen und bürgerlichen Küche im Mittelalter dargestellt. Besonders die Saisonabhängigkeit der damaligen Ernährung – ganz im Gegensatz zu der heutigen Zeit – wurde dabei deutlich.

Welche Schlemmer waren unsere Vorfahren! Die Gaumenfreuden der alten Rittersleut sind schriftlich festgehalten und schon im 15. Jahrhundert gedruckt worden.



Im Differentialbereich Chemie/Biologie der 9. Schuljahre erfuhren die Schüler alles über gesunde Ernährung, Nährstoffgruppen und Verdauung. Als Beitrag zum Wettbewerb „Fit for You(ngsters)“ erstellten sie im Rahmen einer Projektarbeit der Klassenstufe ein gesundes internationales Partybuffet.



Der Wettbewerb wird jährlich von der Europäischen Kommission (Generaldirektion Gesundheit und Verbraucherschutz) gestartet und soll Jugendliche in Europa für wichtige Fragen des Verbraucherschutzes sensibilisieren. Die Aufgabe der teilnehmenden Jugendlichen besteht darin, mit künstlerischer Kreativität das jeweilige Motto des Wettbewerbes umzusetzen und die Ergebnisse einem breiten Publi-

kum (z.B. in der Schule, im Jugendclub oder Verein, in einer Zeitung oder im Radio) zu präsentieren.

„Wie frühstücken Sie?“

Mit dieser und vielen anderen Fragen interviewten Schüler der 10. Schuljahre Passanten auf dem Wiener Platz in Mülheim. Sie stellten dabei fest, dass die Bedeutung des Frühstücks mit steigendem Alter und mit der Sportlichkeit zunimmt. Im Geschlechtervergleich ergab sich Interessantes: 62 % der Männer frühstücken, jedoch nur 30 % der Frauen. An erster Stelle stehen in Deutschland bei den Passanten immer noch Kaffee / Tee (75 %) und Brötchen (65 %). Nicht nur die inhaltlichen Informationen waren für die Schüler eine interessante Erfahrung: Sie lernten auch, dass es gar nicht so einfach ist, in Interviews die „richtigen“ Fragen zu stellen, um die gewünschten Informationen zu erhalten.

Die Musik-AG der Schule übte für das Abschlussfest zwei türkische Lieder und Tänze ein. Da die Kinder der AG vorwiegend russischer Herkunft sind, waren für sie einige Vorurteile gegenüber der fremdklingenden orientalischen Musik zu überwinden. Wiederum über die Musik wurde ein wichtiger Beitrag zum Dialog und Verständnis der Kulturen geleistet.

Ablauf/Teilprojekte:

- Trommelworkshop/Hintergründe zum Senegal
- Frühstück aus verschiedenen Ländern – Verkauf in den großen Pausen
- Geschichte des Frühstücks
- Befragung zu Frühstücksgewohnheiten
- türkische Lieder und Tänze
- Plakate



Frühstück macht gute Laune!

Schule: Gemeinschaftsgrundschule
Manderscheider Platz
Berrenrather Straße 352
50937 Köln

Lehrer/-in: Frau Gisela Mazumdar-Rolando

Klassen: 2. und 3. Schuljahr

Rahmen: fächerübergreifender
Projekt-Unterricht

Thema: Leben und Ernährung in anderen
Ländern, gesunde Ernährung

„Da bekommt man ja schon morgens gute Laune“ – mit diesem Satz kommentierte Sara aus dem 3. Schuljahr das internationale Frühstück, das über mehrere Wochen in ihrer Klasse zubereitet wurde. In Projektarbeit, eingebettet in den Unterricht unterschiedlichster Fächer, haben sich das 2. und 3. Schuljahr der Gemeinschaftsgrundschule Manderscheider Platz über mehrere Wochen mit gesunder und internationaler Ernährung beschäftigt.

Obst-Werkstatt

In einer Obst-Werkstatt konnten die Schüler des 2. Schuljahres an 15 verschiedenen Stationen Obstsorten fühlen, riechen und schmecken sowie Wissenswertes rund ums Obst erfahren. Nach einem gemeinsamen Einkauf auf dem Wochenmarkt wurden ein indischer Obstsalat, Bananen-Fladen und Knusper-Müsli zubereitet. Das Modell der Ernährungspyramide verdeutlichte den Schülern die Bedeutung der einzelnen Ernährungskomponenten.



Vom Korn zum Brot

Den Anfang der Reihe machte das Projekt zum Thema „Getreide“: Bei einem Erfahrungstag im Freilichtmuseum Kommern konnten die Kinder eigenhändig Getreide dreschen, alte Mühlen besichtigen und zwischen den wuchtigen Mühlsteinen Körner mahlen. Den Weg vom Korn zum Getreidehalm verfolgten sie in Keimversuchen auf der Fensterbank im Klassenzimmer. Der Kreis vervollständigte sich mit einem Besuch in der Bäckerei und anschließendem gemeinsamen Brotbacken. Die Kinder lernten hierbei verschiedene Brotsorten und Rezepte für Vollkorn- und Weizenmehlprodukte kennen. Dabei beeindruckte es sie sehr, dass Getreide in allen Ländern der Welt ein Grundnahrungsmittel darstellt.

Zum Frühstück eingeladen

Auf den Geschmack der internationalen Küche brachte der indische Autor Pronab Mazumdar die Kinder bei einer Lesung, während der er anschaulich und lebhaft Märchen über das Essen sowie vom Leben und Essen in Indien erzählte.

Einige ausländische Eltern der 3c entschieden sich spontan, die Kinder der Klasse zu sich nach Hause zum multikulturellen Frühstück einzuladen und ihnen so ihre Frühstücksgewohnheiten und Lebenskultur vorzustellen. Bei 10 Nationalitäten in der Klasse wurde hieraus eine überaus bunte und vielfältige Mischung – es wurden z.B. Bananenchips, Ananas, Äpfel, Mangos und Milchshakes aus Ecuador, libyscher Tee („Schähi“), Rührei und Nüsse angeboten. Passend dazu lernten die Kinder jeweils einige Worte in der Landessprache, so dass sie sich hinterher ganz international „Guten Appetit!“ wünschen konnten.

Ablauf/Teilprojekte:

- Getreideprojekt in Kommern
- Besuch einer Bäckerei
- Obstwerkstatt
- internationales Frühstück
- afrikanische Musik
- Lesung mit Pronab Mazumdar

Kraftquelle Frühstück

Frühstück mit allen Sinnen

Lauter gesunde und leckere Frühstücksideen konnten die Kinder aller neun Klassen der Schule Kopernikusstraße an ihrem „Welt-Frühstückstag“ probieren. In vorangegangenen Briefen hatten die Lehrer die Eltern um Spenden für ihr großes Schulfrühstück gebeten. Es kam tatsächlich eine Menge zusammen, international bunt gemischt – wie die Kinder der Schule – und gesund. Die Palette reichte von Müsli, Obstspießen und Vollkornbrötchen bis hin zu russischen Blinis, Glasnudeln aus Kasachstan und philippinischen Frühlingröllchen. Alle fremdländischen Spezialitäten zierten bunte Landesflaggen, die die Kinder selbst gemalt hatten. Ergänzt wurden die kulinarischen Leckerbissen mit Spielen rund um die Ernährung: So mussten z.B. mit verbundenen Augen verschiedene Früchte „ertastet“ oder „erschmeckt“ werden und beim Obst-Memory galt es, die Früchte wieder zu erkennen.



Schule: Schule für Sprachbehinderte
Kopernikusstraße 40
51065 Köln

Lehrer/-in: Frau Beate Hennes-Hohenkamp

Klassen: gesamte Schule

Rahmen: Projekttag

Thema: Gesunde Frühstückszutaten
Frühstück mit allen Sinnen

Gegen den leeren Kindermagen

Mit ihrer Aktion wollten die Lehrer den Appetit der Kinder auf ein gemeinsames Frühstück wecken. Sie hatten festgestellt, dass viele Kinder unkonzentriert und müde sind, weil sie ohne Frühstück in die Schule kommen. Auch zukünftig soll das gemeinsame Frühstück wieder einen größeren Raum einnehmen – damit kein Kind mehr mit leerem Magen lernen muss.



Ablauf/Teilprojekte:

- Gemeinsamer Einkauf
- Vollkorn-Brötchen backen
- Internationale Frühstücksspezialitäten
- Ernährungsspiele rund um die gesunde Ernährung mit allen Sinnen



Nomadenfrühstück online

Schule: Gymnasium Nippes
Blücherstraße 15
50733 Köln

Lehrer/-in: A. Hoffmanns, E. Pilgram,
D. Seimetz, H. Steinmann

Klassen: 5 a, b, c, 6 b

Rahmen: Projektwoche

Thema: Kritische Betrachtung der eigenen
Frühstücksgewohnheiten
Das Leben der Nomaden in Mali

Im Rahmen einer Projektwoche haben sich die 5. Schuljahre des Gymnasiums in Köln-Nippes intensiv mit unterschiedlichen Aspekten des Themenkomplexes „WeltFrühstück“ beschäftigt. Um die Ergebnisse der breiten Öffentlichkeit zugänglich zu machen, stellt die Schule diese auf der Schul-Homepage unter der Rubrik „WeltFrühstück“ ins Internet. Hier kann sich jeder online über das Leben der Tuareg und die Ergebnisse der Frühstück-Fragebogenaktion informieren. (www.gymnasium-nippes.de)

Unser eigenes Frühstück

Den eigenen Frühstücksgewohnheiten kamen die Schüler der Klasse 5 durch einen Fragebogen auf die Schliche, mit dem sie ihre Mitschüler befragten. Unterschieden nach Wochentag, Wochenende und Pausenfrühstück war gefragt, ob, wie lange und was die Schüler täglich frühstücken. Auch der Schulkiosk wurde in die Befragung aufgenommen. Die Auswertung der Fragebögen wurde in Grafiken dargestellt. Während am Wochenende alle Schüler frühstücken und sich die große Mehrheit hierzu auch am Tisch sitzend Zeit nimmt, haben immerhin ein Fünftel der Schüler wochentags zur ersten Stunde kein Frühstück im Magen oder wenn, dann häufig „zwischen Tür und Angel“ zu sich genommen (40 %). Auch bei der Auswahl der Lebensmittel stellten die Kinder Unterschiede zwischen dem Wochenende und den Wochentagen fest: Die meisten Kinder bevorzugen unter der Woche, wenn es schnell gehen muss, Cornflakes und Milch, am Wochenende essen die meisten

jedoch Brötchen oder Hörnchen. Der Schulkiosk dient unter der Woche hauptsächlich zum Kauf von kleinen Zwischenmahlzeiten wie Süßigkeiten und Chips, da immerhin 82 % sich selbst ihr Pausenfrühstück von zu Hause mitbringen.



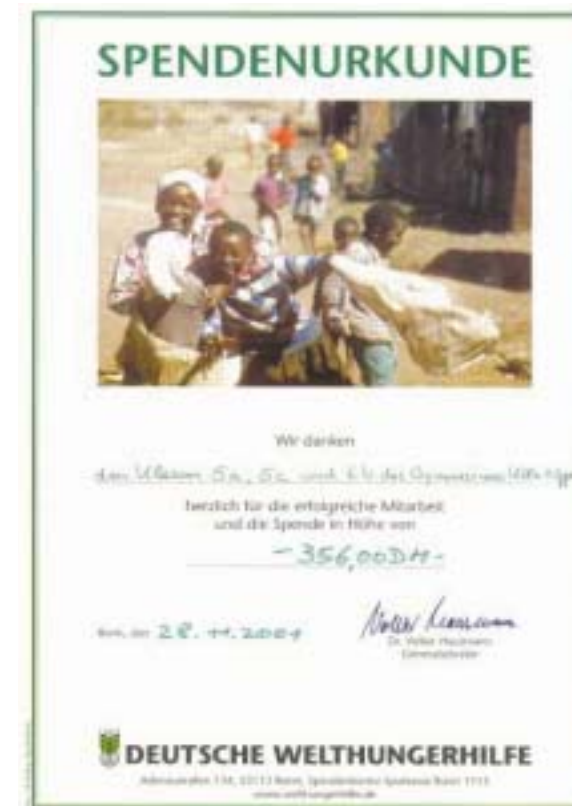
Leben wie die Nomadenvölker

Die Klasse 5 c hat sich anlässlich der Aktion WeltFrühstück der Kölner Schulen dem Kontinent Afrika und dem von der Welthungerhilfe unterstützten Land Mali (Förderprojekt: Schulspeisung von Tuareg-Kindern) in verschiedenen Fächern genähert.

Im Erdkundeunterricht wurde der Kontinent Afrika mittels intensiver Atlasarbeit genauer erkundet (topografische Gegebenheiten, Staaten, große Städte). In der wöchentlich einmal stattfindenden Methodenstunde haben wir den Bericht über ein 10-jähriges, afrikanisches Mädchen verwendet, um uns einerseits Techniken zur Bearbeitung langer Texte und Möglichkeiten zur Darstellung wichtiger Informationen systematisch zu erarbeiten, und um andererseits mehr über den Alltag (Schule, Spielen, Essen, Pflichten) afrikanischer Kinder zu erfahren. Zudem waren die Informationssuche sowie die Präsentation eines recherchierten Themas in Posterform Thema im Unterricht. Eine praktische Anwendung erfolgte mit dem im Biologieunterricht erteilten Gruppenauftrag, ein in Afrika lebendes Säugetier vorzustellen. Die Poster wurden im Klassenraum präsentiert. Die übrigen Ergebnisse unserer Beschäftigung mit Afrika, Mali und den Tuareg stellte jedes Kind in einer Afrika-Mappe zusammen, die mit Deckblatt und Inhaltsverzeichnis ansprechend gestaltet war.

Ein Nomadenfrühstück

Von der Welthungerhilfe wurde uns ein Film über Mali zur Verfügung gestellt, der uns einen Einblick in das Leben dreier Kinder aus Mali gewährte. Neben einem auf dem Dorf und in der Stadt lebenden Kind wurde ein Tuareg-Kind vorgestellt und über die Ernährung dieses Nomadenvolkes berichtet. Dies war für uns von besonderem Interesse, da wir im Rahmen der Aktion WeltFrühstück der Kölner Schulen ein Nomadenfrühstück vorbereitet hatten. So lernten die Schüler Hirsebrei, Hirse-Reis-Waffeln, Erdnüsse und weitere afrikanische Produkte kennen. Klar war uns jedoch auch, wie reich unser „Tisch“ im Vergleich zu denen der meisten in Afrika lebenden Menschen gedeckt war.



Deshalb führten die Fünftklässler der Schule am Tag der Offenen Tür des Blüchergymnasiums (24.11.2001) eine Sammelaktion durch. Die eingenommenen Spendengelder wurden für das Schulspeisungsprojekt der Deutschen Welthungerhilfe in Mali gespendet.

Unterrichtsreihe Ernährung

In der Klasse 6 b diente die Planung eines gesunden Frühstücks im Rahmen der Aktion WeltFrühstück an Kölner Schulen als

Einstieg in die Unterrichtsreihe Ernährung im Fach Biologie.

In Gruppenarbeit beschäftigten sich die Schüler mit den Frühstücksgewohnheiten von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen, erstellten Vorschläge für einen vollwertigen, schmackhaften und optisch ansprechenden Einstieg in den Tag und sammelten weiterführende Informationen zu unserer Nahrung und Ernährung (Zusammensetzung und Notwendigkeit von Nahrung, Nährstoffe als Bau- und Betriebsstoffe, Energiegehalt, Vitamine, Mineralstoffe u.a.).

Am Mittwoch, den 23.10.2001, fand die Präsentation des von allen sehr schön angerichteten Frühstücks statt. Im Rahmen dieses Klassenfrühstücks wurde der Alltag afrikanischer Kinder, der vielfach durch Mangelernährung, schlechte Versorgung mit (Trink-)Wasser und sehr erschwerte Möglichkeiten der schulischen Bildung geprägt ist, thematisiert. Die Ergebnisse wurden in Wort und Bild festgehalten und am Tag der Offenen Tür unserer Schule den Besuchern präsentiert.



Ablauf/Teilprojekte:

- Informationen über Tuareg-Kinder in Mali
- Geographie des Landes
- spezifische Anbauprodukte
- Fragebogenaktion zu Frühstücksgewohnheiten Kölner Schüler
- Nomadenfrühstück



Dem Zucker auf der Spur

Schule: Montessori-Hauptschule
Rochusstraße 145
50827 Köln

Lehrer/-in: Frau Uscha Sieckmann

Klassen: 5. bis 7. Schuljahr

Rahmen: fächerübergreifender Unterricht

Themen: Frühstücksgewohnheiten
Milch, Brot, Cerealien, Obst

So wenige Schüler frühstücken...

Die Umfrage zu den Frühstücksgewohnheiten der Schüler brachte Erstaunliches an den Tag. Über die Hälfte der Schüler kommt morgens ohne Frühstück in die Schule! Dies nahm Lehrerin Uscha Sieckmann zum Anlass, die Kinder der Unterstufe in einer projektorientierten Woche auf den Geschmack zu bringen und an gesundes Frühstück heranzuführen. In den ersten beiden Schulstunden stand eine Woche lang täglich ein anderes Ernährungsthema auf dem Stundenplan. Dazu gab es jede Menge Hintergrundinformationen, z.B. was der Körper benötigt, um fit zu sein und auch im beliebten Sport gute Leistungen zu bringen. Aus zahlreichen Spenden wurde täglich ein Frühstück zu einem anderen Schwerpunkt zubereitet und thematisch passend mit Videos und Texten ergänzt.

- Am „Milch-Tag“ gab es leckere Shakes, Quarkspeisen und Joghurt zu probieren, die Bedeutung von Milchprodukten für den Körper wurde erläutert.
- Das „Brotfrühstück“ bestand aus verschiedenen Brotsorten mit frischen, gesunden Brotaufstrichen und selbstgezogenen Kräutern.
- Am dritten Tag standen Obstsorten und ihre Vitamine im Mittelpunkt.
- Selbstgemachtes Müsli im direkten Vergleich mit gekauftem konnten die Kinder am Cerealien-Tag testen und fanden das fertig gekaufte erstaunlicherweise gleich viel zu süß.

Soviel Zucker...!

Einmal auf die Spur gekommen, untersuchten die Schüler den Zuckergehalt anderer Fertigprodukte: „Ich wusste gar nicht, dass in Ketchup so viel Zucker ist!“ staunten sie. Dass man ohne Zugabe von Zucker unterschiedliche Geschmacksrichtungen viel intensiver schmecken kann, erfuhren sie beim Vergleich verschiedener – ungesüßter – Teesorten. „Einige Kinder sind tatsächlich auf den Geschmack gekommen und trinken ihren Tee jetzt lieber ungesüßt“ freut sich Lehrerin Uscha Sieckmann.



Die Erfahrungen der Kinder werden jetzt auch im Schülercafé umgesetzt: Statt Nutella-Brotten stehen hier zukünftig vielmehr Obstsalate und Müsli auf dem Speiseplan. Das kommt allen Schülern der Schule zugute. Da das Projekt bei Schülern und Lehrern so ein großer Erfolg war, möchten alle Beteiligten es im nächsten Jahr unter einem neuen Schwerpunkt wiederholen. Vielleicht gibt es ja dann tatsächlich die ersten Schul-Wellness-Tage!

Ablauf/Teilprojekte:

- Thementage zu Milch, Cerealien, Obst, Brot
- Gesundes Frühstück im Schülercafé
- Nährstoffe und Vitamine
- Inhaltsstoffe von „Fertignahrung“



Grenzenloses Vergnügen

Schule: Gemeinschaftsgrundschule
Vogelsanger Str. 453
50823 Köln

Lehrer/-in: Frau Ute Brinken

Klassen: 1- 4 Schuljahr

Rahmen: Projektwoche

Thema: multikulturelles Frühstück
Der Weg der Milch
Ernährungsbuch

Frühstück mit Stäbchen – das ist für uns Europäer doch mal etwas völlig Neues! Die Schüler konnten dies und viele andere Frühstücksvariationen kennen lernen. Im 3. Schuljahr wurde jeden Morgen ein Frühstück aus einem anderen Land vorgestellt: Amerika, Niederlande, Frankreich, Korea, Italien. Die ausländischen Kinder und Eltern bereiteten jeweils ein typisches Frühstück aus ihrem Herkunftsland zu und hatten hierdurch die Möglichkeit, ihre Esskultur den anderen Kindern vorzustellen.

Von der Kuh auf den Frühstückstisch

Im 1. Schuljahr verfolgten die Kinder den Weg der Milch von der Kuh bis auf den Frühstückstisch nach und bastelten dazu in Gruppenarbeit einen großen, gemeinsamen Wandfries. Hierauf wurden bunt und anschaulich alle Schritte der Milchverarbeitung erklärt. Auch die musikalische Begleitung war ganz auf das Thema abgestimmt: Was „Old Mac Donald“ auf seiner Farm alles erlebt, konnten die Kinder nach der Projektwoche lebhaft nachempfinden.

Weizen, Hafer oder Gerste?

Wenn die Kinder der Klasse 2 zukünftig einmal nicht mehr wissen, wie ein Brot entsteht, brauchen sie nur in ihrem persönlichen Ernährungsbuch nachzuschlagen. Es enthält eine Fülle interessanter Informationen rund um die gesunde Ernährung. So verfolgten sie zum Beispiel gespannt den Keimungsprozess von Weizenkörnern, Kresse-, Rucola- und Rettichsamen auf der Fensterbank und dokumentierten dieses jeden Tag. Und auch die Rechenfähigkeiten wurden weiter trainiert, als es darum ging, wie viele Körner man für ein Brot braucht.

Bewegung und Ernährung – ein „Dreamteam“

Schule: Katholische Grundschule
Berrenrather Str. 179
50937 Köln

Lehrer/-in: Frau Christa Kaperlat-Fuß

Klassen: 1. Schuljahr

Rahmen: fächerübergreifender Unterricht

Thema: Bewegungsspiele
Stationentraining zum
Schmecken, Tasten, Riechen

Gesundes Frühstück – fitte Kinder

Dass man nur leistungsfähig ist, wenn man gesund frühstückt und sich viel bewegt, wissen jetzt alle Schüler. Mit allen Sinnen haben sie im Unterricht Wissenswertes über eine gesunde Ernährungsweise gelernt und sich ganz nebenbei bei Spielen und Musik immer wieder viel bewegt. Mit verbundenen Augen galt es zum Beispiel, unterschiedliche Obstsorten zu erschmecken.

Frühstück hält auf Zack

Anhand von verschiedenen belegten Pausenbrotten – von Nutella-Weißbrot bis hin zu vielseitigen Vollwert-Brotten – wussten die Kinder schon bald, welche Brote „pappschlapp“ machen und welche „auf Zack“ halten. Ihr Wissen konnten sie beim Brettspiel rund um die Ernährung vertiefen. Da der Zugang handlungsorientiert erfolgte, war es nicht so wichtig, dass die I-Dötzchen noch nicht fließend Lesen und Schreiben konnten – das konnten sie beim Spielen auf leichte Art üben. Den Höhepunkt bildete das gemeinsame Frühstück, das die Kinder in drei Gruppen zubereiteten und bei dem von Obst bis hin zu Vollwertprodukten nur gesunde Zutaten auf dem Speiseplan standen – das beste Beispiel für ein Frühstück, das auf Zack hält! Die Frage, warum es wichtig ist, sich gesund zu ernähren, konnten anschließend alle Kinder beantworten: „weil ich dann rennen und toben, aufpassen, lernen, spielen und am Abend gut einschlafen kann!“

Ein Video-Mitschnitt des Unterrichts, der in einem Sendebbeitrag von Quarks & Co, dem Wissenschaftsmagazin des WDR, gesendet wurde, kann in der Schule ausgeliehen werden.

Weitere Projekte im Überblick

„An apple a day keeps the doctor away“

Schule: Hauptschule Borsigstr. 13, 50825 Köln
Klassen: 6. und 9. Schuljahr
Lehrer/In: Frau Bednarz-Brustat
Lesung von Idrissa Keïta, Apfelprojekt, Herstellung exotischer Marmeladen, Kunst-Projekt: Besteck mit Obst- und Gemüsemotiven verfremden, Herstellung von Grußkarten

„Healthy breakfast“

Schule: Gesamtschule
Burgwiesenstr. 125, 51067 Köln-Holweide
Klassen: 5. Schuljahr
Lehrer/In: Herr U. Hoffmann
Lesung von Idrissa Keïta, das Leben in Mali (Geographie), englische Vokabeln rund um das Frühstück, Zubereitung von „Öko-Frikadellen“ und zuckerlosen Berlinern

„Frühstück ohne Grenzen“

Schule: Johann-Bendel-Realschule,
Neufelder Straße 2-4, 51067 Köln
Klassen: 5. und 6. Schuljahr
Lehrer/In: Frau Christiane Gerdesmeyer,
Frau Annegret Limper-Atik
Schüler stellen typisches Frühstück ihres Herkunftslandes vor: Thematisierung von Essgewohnheiten, Kennenlernen fremder Kulturen, gemeinsame Zubereitung von Frühstück und fremdländischen Süßigkeiten, Zubereitung von türkischem Tee als Zeichen der Gastfreundschaft

„Frühstück von den Großen für die Kleinen“

Schule: Kath. Hauptschule
Overbeckstr. 71-73, 50823 Köln
Klassen: 5, 6, 7, 8, 9
Lehrer/In: Frau Hartung u.a.
Projektwoche: Infomappe zum Thema Ei, Rezepte, Brötchenbacken, Mehltypen, Aufstriche, Nährstoffe, Frühstücke fremder Kulturen, eigene Frühstücksgewohnheiten, Frühstücksbuffet für die jüngeren Schüler, Erlöse aus Sponsorenlauf für Maliprojekt

„Lehrer frühstücken fair“

Schule: Heinrich-Mann-Gymnasium
Fühlinger Weg 4, 50765 Köln
Eine-Umwelt-AG
Lehrer/In: Herr Huber
Die Schüler luden alle Lehrerinnen und Lehrer der Schule zu einem Frühstück ein, dass aus fair gehandelten Produkten bestand und verkauften ihnen Gega-Frühstückskörbe.

„Gewürze machen Speisen schmackhaft“

Schule: Gemeinschaftsgrundschule
Alzeyerstr. 12, 50739 Köln
Klasse 4
Lehrer/In: Herr H.-G. Linn
Ausleihe von Bücherkiste und Gewürzkoffer der Welthungerhilfe (Kinderbücher aus aller Welt)

„Befragung zum Frühstücksverhalten“

Schule: Gemeinschaftsgrundschule
Hohe Strasse 77-79, 51149 Köln
Klasse 4
Lehrer/In: Herr B. Lob
Umfrage und Auswertung zum Frühstücksverhalten der Schüler

„Multikulturelles Frühstück“

Schule: Sonderschule Mosaikschule, Winzeratherstr.,
41516 Grevenbroich
Klassen: ganze Schule
Lehrer/In: Frau Ingrid Kaufeld
Internationales Frühstück kennenlernen, Schulung handwerklicher Fähigkeiten, Zubereitung eines türkischen und eines amerikanischen Frühstücks im Hauswirtschaftsunterricht, gemeinsames Frühstück, Alltagsbefähigung

„Lesung von Idrissa Keïta, Eröffnung des Frühstücks-Cafés“

Schule: Lise-Meitner-Gesamtschule
Stresemannstr. 36, 51149 Köln
Klassen: 6, 7, 10
Lehrer/In: Frau A. Scharrenbroich
Eröffnung des neuen Frühstücks-Cafés durch Herrn Keïta. Das Café wird von SV-Schülern und einigen Lehrern organisiert. Ernährung in Mali. Lesung von Herrn Keïta.

„Lesungen von Pronab Mazumdar, Idrissa Keïta“

Schule: Landrat-Lucas-Gymnasium
Peter-Neuenheuser-Str. 7-11, 51379 Leverkusen
Klassen: 6 b, 6 a, 7 b, 8 b, 8 d
Lehrer/In: Frau Elisabeth Rosenfelder u.a.
Völkerverständigung, Begegnung mit Vertretern fremder Kulturen

„Lesung von Pronab Mazumdar“

Schule: Kath. Grundschule
Annastraße 63, 50968 Köln
Klassen: 3 a, b, 4 a
Lehrer/In: Frau Nebel, Frau Michels, Herr Tewes
Lebensbedingungen in Indien, Kennenlernen fremder Kulturen

„Lesung von Pronab Mazumdar“

Schule: Gemeinschaftsgrundschule
Altonaer Str. 32, 50737 Köln
Klassen: 3a, b, 4a
Lehrer/In: Frau Sibylle Sensen
Kennenlernen fremder Kulturen

WeltFrühstücks-Theater

Schule: Hauptschule
Mommensenstr. 5-11, 50935 Köln
Klasse: 9 b
Lehrer/In: Frau U. Guski
Theaterstück eingeübt mit Regisseur Hans Dieter Ilgner vom Theater „Die Raben“

WeltFrühstück: Lernen am Rande der Wüste

Schulspeisung für Nomadenkinder in Mali

Im Norden Malis am Rande der Sahara lebt das Nomadenvolk der Tuareg. Ihr Leben hat sich in den letzten Jahrzehnte grundlegend verändert: Aus ökologischen und politischen Gründen werden immer mehr Familien sesshaft und betreiben neben der Viehzucht auch Ackerbau. Besonders für die Kinder ändern sich die Zeiten: Mussten sie sich früher um das Vieh kümmern, gewinnt heute eine Schulausbildung immer mehr an Bedeutung. Lesen, Schreiben und Rechnen sind Grundlage für eine weiterführende Ausbildung und erleichtern die Arbeitssuche erheblich. Nur so kann das Kind später zum Familieneinkommen beitragen.

In der Region Timbuktu besuchen allerdings nur 29 % der Kinder die Grundschule. Im Kreis Goudam sind es nur 13 %. Hierfür gibt es verschiedene Gründe: Zum einen werden viele Kinder besonders in ärmeren Familien als Arbeitskräfte gebraucht. Zum anderen gibt es im dünnbesiedelten Norden Malis nur sehr wenige Schulen. Die Wege bis zur nächsten Schule sind viel zu weit. Deshalb ziehen die Jugendlichen zu Verwandten, die in der Nähe der Schule leben. Für die ebenfalls armen Verwandten bedeutet das eine erhebliche finanzielle Mehrbelastung.

Um die armen Familien zu entlasten, fördert die Deutsche Welthungerhilfe ein Schulspeisungsprogramm in 23 Schulen im Kreis Goudam. Dadurch bekommen die Schüler wenigstens eine ausgewogene Mahlzeit am Tag (Couscous, Öl, Bohnen, manchmal auch Ziegenfleisch). Diese Versorgung ist ein wesentlicher Anreiz für die Familien, ihre Kinder in die Schule zu schicken. Außerdem engagieren sich auch immer mehr Eltern und ältere Schüler für „ihre“ Schule: Sie übernehmen die Zubereitung der Speisen in der Schulkantine in Eigenregie. Für 2500 Kinder und Jugendliche werden so ein regelmäßiger Schulbesuch und eine ausreichende Ernährung sichergestellt.



Langfristig soll die Schule von äußerer Hilfe unabhängig werden. Deshalb wurde ein Schulkomitee gegründet, das sich speziell mit der Gestaltung des Schulprogramms befasst. Hier erfahren die Lehrer, Eltern und Schüler, wie man sich eigenverantwortlich mit schulischen, sozialen und finanziellen Problemen auseinandersetzt. Zur finanziellen Absicherung haben die Schulen geplant, dass die Schüler und ihre Eltern Hirse- und Reismühlen für die umliegende Bevölkerung betreiben und Ziegen halten. Die Schulen werden damit nicht nur ihre Kosten weitestgehend selbst tragen. Sie integrieren sich auch stärker in die soziale Struktur der Region und steigern somit ihr soziales Ansehen und ihre Attraktivität für die Bevölkerung. Wenn die Schüler durch ihre Mühlen und die Ziegenhaltung beweisen, dass Bildung auch direkt etwas zum Einkommen beiträgt, dann werden auch mehr Familien ihre Kinder in die Schule schicken.

Die Aktion **WeltFrühstück** der Kölner Schulen unterstützt dieses Projekt der Deutschen Welthungerhilfe im Norden Malis.

Konto der Deutschen Welthungerhilfe:
Stichwort **WeltFrühstück**
Konto Nr.1115 Sparkasse Bonn
BLZ 380 500 00

Anregungen, Ideen, Hinweise

Die folgenden Anregungen zeigen, wie interessant das Thema WeltFrühstück in der Schule sein kann (Anschriften s. S. 44).

Abfall beim Frühstück Wo gibt es Ansätze, um Müll zu vermeiden? Besteht die Möglichkeit, an Ihrer Schule Müll zu reduzieren? Trienekens GmbH, Tel.: 02 21/9 70 60-128

Bauernhöfe Stadt & Land e.V. organisiert vielfältige Aktivitäten zu Bauernhöfen für Schulklassen. Kontakt: Ingrid Gertz-Rotermund Tel.: 02 11/48 70 21

Befragung Die Schüler fragen bei den Eltern und Großeltern nach, wie früher gefrühstückt wurde.

Brötchen-Abo Ähnlich dem Gemüse-Abo ist vielleicht auch die Belieferung durch einen Bio-Bäcker oder konventionellen Bäcker an Ihrer Schule möglich.

Cafe-Haus-Test Schüler erkunden die Frühstückslandschaft in der Nähe der Schule. Gibt es Hotels, Cafes mit Frühstücksangebot in Ihrer Nähe? s. auch Stadt-Frühstück.

Die reisende Frühstücksbar Für die Klassen 1-6 gibt es von der BZgA (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung) eine reisende Frühstücksbar. Sie bietet für eine Schulklasse ein komplettes Frühstück. Mit Tischen, Stühlen, Geschirr etc. Die Lebensmittel für das Frühstück müssen selbst besorgt werden.

Europäische Kommission (Gesundheit und Verbraucher) startet jährlich einen Wettbewerb, um Jugendliche in Europa für Verbraucherschutz zu sensibilisieren. „FOOD FOR YOUNGSTERS“. Unter der Internetadresse www.food-for-youngsters.de können Infos dazu abgerufen werden.

Euro-Toques Toques sind die Kochmützen der Köche. Die Euro-Toques sind Spitzenköche, die auch in Ihre Schulen kommen und Geschmackstests durchführen. Der Besuch kostet 350 DM. Der Betrag wird oft von Krankenkassen übernommen. www.eurotoques.de

Fairer Handel Wird an Ihrer Schule Trans-Fair Kaffee angeboten oder in den umliegenden Cafes? Wie sind die Chancen, dieses zu ändern? Dazu ist Überzeugungsarbeit zu leisten. www.transfair.org

Fernsehen Werbespots zum Frühstück aufnehmen und mit den DGE-Empfehlungen (Deutsche Gesellschaft für Ernährung) vergleichen.

Frühstücks-Firma Mit den Schülern und in Zusammenarbeit mit den Eltern eine Art Schüler-Eltern-Bistro planen, die Schüler und Lehrer mit Frühstücksangeboten versorgt.

Frühstücksgeräusche Eine Kassette aufnehmen, auf der z.B. Kaffee eingegossen wird oder in ein Brötchen gebissen wird. Im Food-Design spielen die Bissgeräusche eine große Rolle. Ein Kartoffelchip z.B., der nicht die knackigen Geräusche erzeugt, verkauft sich nicht.

Frühstücksmusik z.B. von Insterburg & Co „Noch ein Toast noch ein Ei ...“ oder den Bläck Föös „In der Kaffeubud“, weitere suchen oder selber komponieren und spielen oder singen...

Frühstücksquiz Ein Quiz zum Thema Frühstück entwickeln. Dabei kann es sowohl um einzelne Produkte, als auch um Literarisches oder Künstlerisches gehen. Z.B. Lieder, Verse oder Künstler erraten lassen, die sich mit dem Thema Essen und Trinken befasst haben, Herkunft einzelner Lebensmittel erfragen etc.

Frühstückssituation an Ihrer Schule untersuchen und statistisch auswerten (Zusammenarbeit mit Mathematiklehrern). Mit Ihren Schülerinnen und Schülern in benachbarten Schulen die Situation untersuchen.

Historisches Archiv Stadt Köln Dort gibt es Unterlagen über die Schulspeisung von Schülern in den 40er Jahren. Leider können nur einzelne Personen die Unterlagen einsehen. Dieses Thema würde sich deshalb gut für ein Referat eignen.

Tel.: 02 21/221-22329

InternetFactory ist ebenfalls ein EU- Projekt, welches Lebensmittelsicherheit zum Thema hat. Für Jugendliche gibt es dort viel zu spielen, surfen etc. www.talkingfood.de.

Internet-Frühstück Im Internet gibt es ein Text-Netzwerk, wo Assoziationen auch unter dem Thema Frühstück zu finden sind. Internet: www.assoziations-blaster.de.

Käthe Kollwitz Museum Köln Zum Thema Hunger wird vom Museum eine Führung angeboten. Ansprechpartnerin ist Frau Dr. Fischer, Tel.: 02 21/227-2602.

Klasse 2000 ist ein Projekt des Instituts für präventive Pneumologie. Es wendet sich an Grundschulen. Mit Multiplikatoren zusammen wird das Thema im Unterricht erarbeitet. Für ein Schuljahr fallen allerdings Kosten in Höhe von ca. 500 DM an. Diesen Betrag zahlt oft der Lions-Club. Für NRW gibt es leider noch keine Koordinationsstelle.

Klasse 2000, Institut für Pneumologie, Klinikum Nürnberg, Prof.-Ernst-Nathan-Str.1, 90340 Nürnberg, Tel: 09 11/398-3196, www.lions-online.de/k200.

Landwirtschaft Für Schülerinnen und Schüler, die beispielsweise vor der Berufswahl stehen, bietet die Landwirtschaftskammer Rheinland Informationen, Vorträge, Besichtigungen etc. rund um die Berufe in der Landwirtschaft und der Ernährung.

Die Landwirtschaftskammer bietet weitere Materialien und Projekte an, z. B. zum Thema Kompost. Eine Kontaktaufnahme lohnt sich. Ansprechpartner ist Ernst Hammes, Tel.: 02 28/7 03 13 08.

Mahlzeit Brot für die Welt hat ein Projekt „Mahlzeit! Gut Essen- auch in Zukunft“ entwickelt. Dies ist eine Aktion für Kantinen, in der fairer Handel, saisonale Produkte und maßvoller Fleischverzehr im Vordergrund stehen. Außerdem gibt es Rezepte, Plakate, Aufkleber, Saisonkalender und Infobroschüren. www.projekt-mahlzeit.de

Museumsdienst der Stadt Köln Den Kontakt zum Museumsdienst aufzunehmen ist ebenfalls möglich, um in anderen Museen Kölns nach dem Thema zu forschen. Kontakt: Frau Schneider, Tel.: 0221/221-26369. Im Rautenstrauch-Joest-Museum Köln wird zum Thema Ernährung eine Führung angeboten. Ebenfalls ist dort eine Kokosnuss-Kiste zu entleihen.

Nachhaltigkeit Das Wuppertal-Institut hat zum Thema Nachhaltigkeit unter dem Projekt-namen MIPS FÜR KIDS verschiedene Bausteine entwickelt. Ein Figurentheater für 4-9jährige, ein Einkaufsspiel für 9-10jährige, eine CD-Rom „Mission Zukunft“, und einen Selbsttest für 13-14jährige Jugendliche. Alle Bausteine beleuchten die ökologischen Rucksäcke von Produkten. Eine Broschüre und Infos dazu gibt es beim Wuppertal-Institut. TIPP: Das Institut sucht noch Schulklassen, die Bausteine testen.

Obstwiesen Apfelsaft frisch gepresst – Schulklassen können in einem Projekt bei Düren auf Streuobstwiesen ab Herbst 2002 Apfelsaft selbst herstellen. Kontakt: WEGE im Kreis Düren, Gotthard Kirch, Tel.: 0 24 27/90 94 72, kirch@wege.de

Ökomarkt Die Firma Agrar-Konzept organisiert die Kölner Ökomärkte. Informationen über Ökomärkte, EU-Richtlinien, Kontrollen, Qualität der Produkte usw. bei Firma Agrarkonzept: Tel.: 02 21/420-1875

Produktanalyse von Cornflakes, Müsli-Riegeln usw. erstellen. Dazu z. B. den Müsli-Riegel-Test der BZgA (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung) benutzen. www.bzga.de

Sketch Wie hätten z.B. die Schüler am liebsten das Frühstück? Oder wie ist das Frühstück im Vergleich Alltag – Sonntag? Evtl. im Deutschunterricht beschreiben lassen.

StadtFrühstück Heidelberger Gastronomen bieten ein „Heidelberger Frühstück“ aus vorwiegend ökologischen Produkten an. Dies ist ein erfolgreiches Agenda-Projekt, dass auch in anderen Städten und Schulen Nachahmer finden könnte. Landschaftsamt, Kornmarkt 1, 69117 Heidelberg, Tel.: 0 62 21/58-2804, Ingrid Bühler

Andere Länder – andere Ess-Sitten

Die folgenden Beispiele, wie in einigen Ländern gefrühstückt wird, sollen den Schülern Anregungen geben, sich mit anderen Ländern und anderen Essgewohnheiten vertraut zu machen: zum Beispiel ein solches Frühstück zuzubereiten oder Menschen aus den genannten Ländern einzuladen und mit ihnen gemeinsam zu frühstücken; sich Informationen über die Frühstücksgegenstände (kleine Gläser, ausgehöhlte Kürbisse / Kalebassen etc.) zu beschaffen und z.B. ein Frühstück auf dem Fußboden oder auf einer Wiese einzunehmen oder den Klassenraum zu solch einem Ereignis entsprechend zu dekorieren. Die Namen der speziellen Speisen können auch Anlass zu einem Fremdsprachenexkurs sein. Lassen Sie die Schüler eigene Ideen einbringen und sich wie in anderen Ländern fühlen.



In Bangladesh

Zum Frühstück gibt es in vielen Familien selbstgebackenes Fladenbrot, *Ruti* oder *Tschapati* genannt, mit Tee, *Tscha*. In reicheren Familien wird auch Puffreis, gestampfter Reis oder in kaltem Wasser eingeweichter Reis vom Vortag gegessen.

In Ecuador

Viele Menschen in Ecuador haben kein Geld, um richtig zu frühstücken. Sie trinken morgens nur eine Tasse Tee. Wer richtig frühstücken kann, trinkt *jugo* (Obstsafte) und isst eine Scheibe Ananas oder Papaya, dazu Brot mit Butter und manchmal ein Rührei. Der Kaffee

wird anders zubereitet als in Deutschland. Die Ecuadorianer bereiten einen Kaffeeextrakt. Davon geben sie zwei bis drei Esslöffel in die Tasse und füllen sie mit Milch oder Wasser auf.

In England

Ein typisches ausgedehntes Frühstück kann aus 5 Gängen bestehen. Der erste Gang ist ein Glas Orangensaft oder ein gezuckertes Stück Grapefruit. Der 2. Gang ist *Porridge* gefolgt vom dritten Gang *Ham and Eggs*. Der vierte Gang kann folgen: mit geräuchertem Hering oder *devilled kidneys* (pikante Hammelnierchen). Den Abschluss bilden dann *Toast and Marmelade* sowie – erst jetzt – eine große Kanne Kaffee oder Tee mit Milch.

In Italien

Den Italienern in den Städten ist die Vormittagspause wichtiger als das Frühstück. Es besteht meist nur aus einem schnell getrunkenen *Espresso*. In der Pause gegen 10 Uhr isst man gern in einem kleinen Restaurant einen Happen, einen *spuntino*. Die Mahlzeiten sind zwar der Reihenfolge nach geblieben, doch statt einem üppigen Mittagmahl, früher *pranzo*, spricht man heute vom *seconda colazione*, einem weniger reichhaltigen zweiten Frühstück.

In Kolumbien

Ein typisches kolumbianisches Frühstück der wohlhabenderen Familien besteht aus einer Tasse Kakao. Dazu isst man *arepas* (Maisfladen) oder *buñuelos* (Maismehlbällchen), *huevos pericos* (Eier mit Zwiebeln und Tomaten), *platanos maduros* (gebratene Kochbananen), Brot und Obstsalat.



In Mosambik

In der Stadt spürt man deutlich den portugiesischen Einfluss. Dort bekommt man Kaffee, Milch, Brot und Salat zum Frühstück. Auf dem Land spielt das Frühstück jedoch keine große Rolle. Nur die Kinder trinken Tee und essen Maniok oder Früchte. Die erste Mahlzeit für die Erwachsenen ist das Mittagessen. Auch hier ist die wichtigste Mahlzeit das Abendessen.

In Peru

In Peru sieht es ähnlich aus. In der Stadt bereiten die Mütter oder die Dienstmädchen (bei sehr reichen Familien) zwischen 6.30 Uhr und 8.00 Uhr das Frühstück. Die Familien essen in der Küche oder im Esszimmer. Auf dem Land bereitet die Mutter das Frühstück zwischen 4.00 Uhr und 5.00 Uhr zu. In sehr armen Familien kommt es vor, dass gar nicht gefrühstückt wird.

In Ruanda

Auf dem Land gibt es als Frühstück fast immer die Reste vom Abendessen (Mais, Gemüse, Süßkartoffeln) oder Bananen. In der Stadt erhalten die Kinder einen Maisbrei. Viele Ruander essen direkt nach dem Aufstehen in der Küche, wo die Frauen das Frühstück vorbereitet haben. Auch die jüngeren Mädchen sind manchmal für die Mahlzeiten zuständig. Das Frühstück hat in Ruanda einen geringen Stellenwert. Am wichtigsten ist dort das Abendessen.



In Usbekistan

Das Frühstück in Usbekistan ist weniger reichhaltig: ein Stück Brot mit Butter, ein Ei und Tee mit Zucker. Die Mutter oder die jungen Mädchen bereiten das Frühstück in der Küche, wo man auch zusammen isst.

In Spanien

Die Spanier halten wie viele andere südlichen Länder nicht allzuviel vom Frühstück, dem *desayuno*. Sie kehren aber gern morgens in ihr Stammcafe ein und schlürfen einen *cortado* (Milchkaffee) mit einem kleinen Gebäck. Auf dem Land und unter Arbeitern, die den Tag früh beginnen, legt man viel Wert auf *almuerzo* oder *las once*, ein zweites deftiges Frühstück mit Brot, Eiern und Wurst.

In Sri Lanka

Das Frühstück wird von den Frauen und Müttern zubereitet. Es gibt *Aape* (Pfannkuchen aus Reismehl) oder *indiaape* (Nudelgeflecht) mit *Sambol* (Kokosraspeln mit Chili) oder *Kiri-hodde* (Kokosmilch mit Gewürzen) Aber auch gekochter Reis vom Vortag, Bananen, Maniok oder Jackfrucht werden gern aufgetischt. Natürlich gibt es auch Brot mit Butter und Eiern. Brot kann man fast überall kaufen. Die Kinder nehmen ihr Frühstück mit in die Schule, um es dort gemeinsam zu essen. Das Frühstück in Sri Lanka ist eine sehr wichtige Mahlzeit, um mit frischer Energie den Tag zu beginnen.

In der Türkei

Das Frühstück in der Türkei ist einfach, aber nahrhaft. Auf jeden Fall wird *Cay* (Tee) getrunken. Es gibt *Melemen*, ein Rührei mit Tomaten und Zwiebeln oder Schafskäse und Paprika, dazu *Zeytin* (schwarze oder grüne Oliven). *Ekmek* (Weißbrot) ist selbstverständlich bei jedem Essen dabei. Statt *Melemen* kann es aber auch *Tulum Peynir* geben, ein trockener Käse mit Butter geknetet und auf Brot gestrichen. Gern wird *Sucuk* (Knoblauch-Salami) zum Brot gegessen. Es kann auch würziger Schafskäse mit Tomaten und scharfem Spitzpaprika mit Olivenöl sein. Dazu isst man Sesamkringel oder *Ekmek*.

In vielen Ländern wird dem Frühstück eine unterschiedliche Rolle in der Kalorienverteilung über den Tag zugeordnet. Vergleiche die Kalorienangaben mit anderen Frühstücksrezepten.

Brasilien

Frauen:	2 Tassen Kaffee mit Zucker 1 Scheibe Weißbrot	400 Kalorien
Kinder:	1 Tasse Kaffee mit Milch und Zucker 1 Banane	250 Kalorien
Männer:	1 Tasse Kaffee mit Milch und Zucker 3 Tassen Kaffee mit Zucker 1 Scheibe Weißbrot 5 Biskuit-Kekse	650 Kalorien

Burkina Faso

Frauen:	1 Tasse Tee mit Milch und Zucker 1 Schale Hirsebrei	550 Kalorien
Kinder:	1 Tasse Tee mit Milch und Zucker 1 Schale Hirsebrei	550 Kalorien
Männer:	2 Tassen Tee mit Milch und Zucker 1 Schale Hirsebrei	700 Kalorien

Dominikanische Republik

Frauen:	2 Tassen Milchkaffee mit Zucker 1 Scheibe Weizenbrot 1 Teller Kochbananen-Brei	500 Kalorien
Kinder:	1 Tasse Milchkaffee mit Zucker 1 Scheibe Weizenbrot 1 Teller Kochbananen-Brei	400 Kalorien
Männer:	2 Tassen Milchkaffee mit Zucker 2 Scheiben Weizenbrot 1 Teller Kochbananen-Brei	600 Kalorien

Ghana

Frauen:	2 Tassen Tee mit Milch und Zucker 1 großen Teller Akasa (Maisbrei)	500 Kalorien
Kinder:	2 Tassen Tee mit Milch und Zucker 1 Teller Akasa und 1 Banane	500 Kalorien
Männer:	2 Tassen Tee mit Milch und Zucker 3 Scheiben Weißbrot mit Margarine	650 Kalorien

Haiti

Frauen:	2 Tassen Kaffee mit Papadou (Zuckerrohrmelasse) 5 Stück Biskuit-Kekse	300 Kalorien
Kinder:	2 Tassen Kaffee mit Papadou 5 Stück Biskuit-Kekse	300 Kalorien
Männer:	2 Tassen Kaffee mit Papadou 5 Stück Biskuit-Kekse	300 Kalorien

Indien / Orissa

Frauen:	1 Tasse Tee mit Milch und Zucker 1 Schale Reis 1 Tschapati (dünnes Fladenbrot)	390 Kalorien
Kinder:	2 Schalen Reis 1 Tschapati	340 Kalorien
Männer:	2 Tassen Tee mit Milch und Zucker 2 Schalen Reis	630 Kalorien

Lesotho / Mafeteng

Frauen:	2 Tassen Tee mit Milch und Zucker 2 Scheiben Weizenbrot mit Margarine	590 Kalorien
Kinder:	2 Tassen Tee mit Milch und Zucker 1 Scheibe Weizenbrot mit Margarine 2 Kekse	530 Kalorien
Männer:	2 Tassen Tee mit Milch und Zucker 2 Scheiben Weizenbrot mit Margarine	590 Kalorien

Mali / Norden

Frauen:	1 Tasse Tee mit Milch und Zucker 1 Teller dünner Hirsebrei 2 Handvoll Erdnüsse	500 Kalorien
Kinder:	1 Tasse Tee mit Milch und Zucker 1 Teller dünner Hirsebrei 2 Handvoll Erdnüsse	500 Kalorien
Männer:	2 Tassen Tee mit Milch und Zucker 5 Stück Biskuit-Kekse 2 Handvoll Erdnüsse	600 Kalorien

Philippinen / Negros

Frauen:	2 Tassen Tee mit Zucker 1 Portion gekochten Reis	400 Kalorien
Kinder:	2 Tassen Tee mit Zucker 1 Portion gekochter Reis	400 Kalorien
Männer:	3 Tassen Tee mit Zucker 1 große Portion Reis	600 Kalorien

Simbabwe / Matabele-Land

Frauen:	2 Tassen Tee mit Milch und Zucker 2 Scheiben Weißbrot mit Margarine	400 Kalorien
Kinder:	2 Tassen Tee mit Milch und Zucker 2 Scheiben Weißbrot mit Margarine	400 Kalorien
Männer:	2 Tassen Tee mit Milch und Zucker 3 Scheiben Weißbrot mit Margarine	550 Kalorien

Tansania / District Shinyanga

Frauen:	2 Tasse Tee mit Milch und Zucker 1 Teller Uji (dünner Maisbrei) 2 Tschapati (Pfannkuchen aus Weizenmehl)	500 Kalorien
Kinder:	2 Tasse Tee mit Milch und Zucker 1 Teller Uji 1 Tschapati	450 Kalorien
Männer:	3 Tassen Tee mit Milch und Zucker 1 Teller Uji 2 Tschapati	600 Kalorien

Thailand

Frauen:	1 Tasse Tee mit Zucker 1 Schale gekochten Reis Nam Pla (Fischsauce)	500 Kalorien
Kinder:	1 Tasse Tee mit Zucker 1 Schale gekochten Reis Nam Pla	500 Kalorien
Männer:	1 Tasse Tee mit Zucker 1 große Schale gekochten Reis Nam Pla	675 Kalorien

Rezepte aus aller Welt

Ayran (Türkei) 4 große Gläser

500 g dicker Joghurt
400 ml Eiswasser oder Mineralwasser
1 TL Salz, oder nach Geschmack

Joghurt in eine Schüssel geben und 1- 2 Minuten mit dem Schneebesen glatt rühren. Nach und nach Wasser und Salz hinzufügen und mit dem Schneebesen 2 Minuten schlagen. Die Konsistenz kann durch Zugabe von mehr oder weniger Wasser verändert werden.

Bannock / Brot der Indianer (Kanada)

Am Vortag beginnen
2 Tassen Schmelzflocken
1/2 Tasse Milchpulver
1/4 Tasse braunen Zucker
1/4 Tasse Rosinen
1 EL Sesamkörner
1 TL gemahlener Zimt
1/2 TL Muskatnuss
1/2 TL Salz

Pflanzenfett oder Öl

Alle Zutaten bis auf Fett mit 1 1/2 Tassen Wasser verrühren und über Nacht ruhen lassen, damit die Flocken aufquellen. In einer schweren, möglichst gusseisernen Pfanne Fett zerlassen. Den Teig fingerdick hineingeben und die Pfanne auf das nicht zu heiße Feuer setzen. Sobald der Bannock am Rand knusperig golden wird, ein paar Messerspitzen Fett auf der Oberfläche verteilen und ihn drehen. Prüfen, ob er innen durchbacken ist. Mit Butter und Sirup bestreichen ein magenfüllendes, köstliches Frühstück.

Damper / Buschbrot (Australien)

4 Tassen Mehl
5 TL Backpulver
1-2 TL Salz
1 EL Zucker
200 ml Milch, 200 ml Wasser

Mehl, Backpulver und Salz in eine Schüssel sieben, Zucker untermischen. Eine Vertiefung bilden, je 200 ml Milch und Wasser hineingeben und die Mischung schnell zu einem Teig verrühren. Den Teig auf ein Backblech geben, mit einem Teigspatel zu einem runden Laib formen. Mit etwas Milch einpinseln und mit Mehl bestäuben. Mit einem Messer kreuzförmig tief einschneiden. Bei starker Hitze etwa 45 Min. backen, bis das Brot durch und die Kruste goldbraun ist. In warmem Zustand in Scheiben schneiden und mit Butter sowie Golden Sirup servieren.

Dégué (Mali)

200 g feinen Hirsegries
1,5 l Wasser
Affenbrot-Pulver bzw. Zitronensaft-Konzentrat
Joghurt oder Milch
Ungesalzene Erdnüsse
Zucker

Der Hirsegries wird mit heißem Wasser übergossen und man lässt ihn ausquellen bis er weich ist. Dann das Wasser abgießen. Die ungesalzene Erdnüsse werden geraspelt bzw. im Mixer zerkleinert. In den aufgequollenen Hirsebrei das Affenbrot-Pulver einrühren (Affenbrot-Pulver bekommt man in afrikanischen Geschäften unter der Bezeichnung „poudre de pain de singes“ und Hirsegries unter dem Namen „fines boulettes de petit mil“). Sollte kein Affenbrot-Pulver vorhanden sein, kann man auch Zitronensaft-Konzentrat verwenden. Anschließend wird Joghurt oder etwas Milch hinzugegeben, bis ein dickflüssiges Getränk entsteht. Je nach Geschmack Zucker und geraspelte Erdnüsse hinzugeben.

Frittierte Maisbällchen (Mali)

ein Luxusrezept
Maismehl
Eier
Backpulver
Wasser
Zucker, Honig

Ein Rezept für Tüftler, die Spaß daran haben, die Mengen selbst zusammen zu stellen. Die Zubereitung des Teiges entspricht einem Kuchenrührteig. Dabei ist darauf zu achten, dass die Konsistenz des Teiges relativ flüssig sein sollte. Ist der Teig fertig, so gibt man mit einem Löffel kleine Teigbällchen in heißes Speiseöl, bis sie knusperig sind. Die fertigen Teigbällchen isst man je nach Geschmack mit Zucker oder Honig, wobei man die Teigbällchen in den Zucker bzw. in den Honig eintippt.

Tscha (Bengalen) pro Tasse

1/2 TL Schwarztee, unparfümiert
2 EL Milch oder Sahne
1-3 TL Zucker, Melasse oder Rohrzucker

Wasser mit dem Zucker zum Kochen bringen, den Tee in das sprudelnde Wasser geben und ca. 1 Minute aufkochen; dann die Milch hinzufügen. Den Tee nochmals kurz aufwallen lassen. Anschließend die Teeblätter absieben und den Tee heiß servieren. Variation: 1/4 Ingwerwurzel fein schneiden und mit dem Wasser aufkochen.

Apfel-Zimt-Butter

250 g Butter
1 säuerlicher Apfel
1 TL Zimt
3 EL Zucker
Gewaschene entkernte Äpfel in winzige Würfel schneiden. Zusammen mit Zimt und Zucker unter die zimmerwarme Butter kneten. Auf warmen Toast oder Brot streichen.

Kochbananen-Brot (Liberia)

1/2 Tasse Zucker
1 EL Vanille
1/2 Tasse Wasser
2 Tassen halbreife Kochbananen
2 1/3 Tassen Mehl
1/2 TL Salz
1 1/2 TL Backpulver
1 TL Zimt
1/2 EL Gewürznelke
1/2 EL Muskatnuss
1/3 Tasse Butter
1 Tasse Melasse
1 Tasse Sauermilch

Man mische einen Sirup aus Zucker, Vanille, Wasser. In diesem Sirup die Kochbananen kochen. Abgießen. Die Bananen in Würfel schneiden und in eine Pfanne mit ausgelassener Butter geben. Mehl, Salz und Backpulver hinzugeben. Würzen. Zu einem glatten Brei rühren und über die Kochbananen geben. Bei 200° C 50 bis 55 Minuten backen. Fünf Minuten ruhen lassen. Auf eine Servierplatte geben und in Stücke schneiden. Warm servieren.

Mingau de Milho (Brasilien) pro Person

1/4 Liter Milch
2 gehäufte EL Maismehl
1 EL Butter
1 EL Zucker
gemahlener Zimt

Milch zum Kochen bringen und das Maismehl einrühren und bei niedriger Temperatur eindicken lassen. Der Brei sollte noch trinkbar sein. Mit Butter, Zucker sowie einer Prise Zimt und Salz abschmecken. Mingau ist in Brasilien, besonders im Nordosten, eine beliebte Zwischenmahlzeit.

Powidl / Pflaumenmus (Tschechien)

500 g reife, entsteinte Pflaumen
500 g Honig

abgeriebene Zitronenschale
Zitronensaft
Zimt
Nelkenpulver

Alle Zutaten (Gewürze nach Geschmack vorsichtig verwenden) im Mixer pürieren. In Gläser oder kleine Steinguttöpfe abfüllen und verschließen.

Tschapati oder auch Atar-Ruti (Bengalen)

1 großer Fladen
2 Tassen Buchweizenvollkornmehl
ca. 1/2 Tasse Wasser

Das Mehl mit möglichst wenig Wasser zu einem ganz festen Teig verkneten. Mit einem feuchten Tuch abdecken und 1- 2 Stunden stehen lassen. Dann nochmals kneten, bis der Teig glatt ist. In Pflaumengroße Stücke teilen und jedes Stück so dünn wie möglich ausrollen. Der Fladen wird ohne Fett in eine heiße Pfanne gegeben, am besten aus Gusseisen und bäckt ihn so lange, bis sich kleine Bläschen auf der Oberseite bilden. Dabei dreht man den Fladen auf dem Pfannenboden ohne ihn umzudrehen. Dann wird er gewendet und ca. 5 Sekunden gebacken. Den fertigen Fladen in ein zugedecktes Gefäß legen, da er sonst hart und zäh wird.

Ugali (Westafrika) 8 Personen

1 kg Maismehl
1 l Milch
1 l Wasser
4 EL Butter
Salz

Wasser mit Butter und den Gewürzen zum Kochen bringen. Aus der Milch und etwas der Hälfte des Mehls einen flüssigen Teig herstellen und diesen unter Rühren in das kochende Wasser geben. Das restliche Mehl nach und nach dazugeben und so lange rühren, bis der Brei steif geworden ist. Zugedeckt warm stellen.

Aprikosen-Curry-Butter

125 g weiche Butter
1 Schalotte, feingewürfelt
4 getrocknete Aprikosen, gewürfelt
1 TL Currypulver
1/2 TL Sambal-Oelek
1/2 TL Koriander, ersatzweise Zitronenmelisse aber vorsichtig dosieren
Salz
Pfeffer
Zucker

100 g weiche Butter schaumig rühren. In der restlichen Butter die Schalottenwürfel glasig schwitzen, Currypulver und Aprikosen dazugeben und kurz mitdünsten. Abgekühlt unter die Butter mischen, feingehacktes Kraut dazugeben und mit Salz und Pfeffer, Sambal-Oelek und Zucker feurig-pikant abschmecken.

Feine Basilikumcreme auf Kracker ca. 24 Stück

250 g Butterkäse

1 Bund Basilikum

80 g Butter

Cayennepfeffer

Curry

1 Packung Kracker

20-24 Cocktailtomaten

Basilikum in einzelne Blätter zupfen. Butterkäse fein raspeln. Butter cremig rühren, mit Basilikum und Käse vermengen. Mit Cayennepfeffer und Curry würzen. Mit einem Teelöffel auf die Kracker einen Klacks geben und eine Cocktailtomate in die Mitte geben.

Frischkorn-Müsli pro Person

70 g Getreide, Buchweizen, Hafer, Weizen, Hirse etc.

150 g Milch oder Buttermilch

180 g frisches Obst der Saison

1 TL gerösteter Sesam

1 TL geröstete Sonnenblumenkerne

Die Getreide-Körner, auf Wunsch auch grob geschrotet, über Nacht in Milch einweichen. Am Morgen das Obst waschen oder schälen und in kleine Stücke schneiden. Mit den gerösteten Sonnenblumenkernen und Sesamkörnern zu dem Getreide geben und umrühren. Gegebenenfalls mit Zucker oder mit Honig süßen.

Fruchtige Piroggen 12-15 Stück

1 Packung Tiefkühlblättereig

150 g gelbes Kürbisfleisch

(ohne Schale und Kerne)

2 EL Zwetschgenwasser

(kann auch weggelassen werden)

50 g feingewürfeltes Zitronat

100 g Weichkäse mit Blauschimmel

1 EL brauner Zucker

1 MS gemahlene Gewürznelken

frisch gemahlener, weißer Pfeffer

1 Eiweiß

2 Eigelb

Kürbisfleisch mit 4 EL Wasser kurz andünsten. Mit Zwetschgenwasser, Zitronat und Käse mischen. Mit Zucker, Nelken und einem Hauch Pfeffer abschmecken. Teig dünn ausrollen und 12-15 Kreise ausste-

chen, darauf je 1 TL Füllung häufen. Rand der Teigscheiben mit Eiweiß bestreichen, zusammenklappen, fest andrücken. Mit Eigelb bepinseln, im vorgeheizten Backofen auf 200° C (Gas Stufe 3) 12-15 Minuten backen.

Kernige Frucht-Spieße 4 Stück

2 Scheiben Vollkornbrot

20 g Butter

100 g Gouda

1 kleine Banane

2 Kiwis

4 Schaschlikspieße

Das Brot mit der Butter bestreichen. Jede Scheibe in 6 Stücke schneiden. Den Käse würfeln. Die Früchte waschen bzw. schälen und in gleich große Stücke schneiden. Das Brot, den Käse und die Früchte abwechselnd auf die Spieße stecken. Wer es lieber pikant mag, kann anstelle der Früchte auch Gemüse nehmen. Übrigens: die Fruchtstücke kann man auch vorher mit etwas Honig bepinseln und in 2 EL Sesam wenden.

Zwiebel-Walnuss-Aufstrich

2 Zwiebeln

1 Apfel

10 Walnüsse

100 g weiche Butter

Salz

Pfeffer

Zwiebeln und Apfel schälen, klein schneiden und in der Pfanne mit Butter dünsten. Die Walnüsse knacken und in den Mixer geben. Apfel- Zwiebelmischung dazugeben und alles pürieren. Mit der Butter verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Hinweis:

- Im Amt für Umwelt- und Verbraucherschutz Stadt Köln ist ein ausführliches Rezeptheft mit Brotaufstrichen erhältlich (auch per e-mail).
- In der umweltpädagogischen Bibliothek des Amtes ist eine umfangreiche Sammlung von Literatur zu diesem Thema einzusehen. Anschrift: Seite 44

Auswahl Unterrichtsmaterialien

Bausteine Grundschule:

Viel zu süß, Bergmoser + Höller Verlag, 1988

Körner ernähren die Welt,

Bergmoser + Höller, 1989

Nährhaft, schmackhaft und gesund,

Bergmoser + Höller, 1992

Böhnke u.a.: Lehrerhandbuch für den hauswirtschaftlichen Unterricht, Verlag Handwerk und Technik, Hamburg 1989

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (Hrsg.):

Schulfrühstück, Klett-Verlag, 1993

Essgewohnheiten, Materialien für Klasse 5-10, Klett Verlag, 1994,

Ernährung und Gesundheit, Materialien für die Grundschule, Klett-Verlag, 1995

Gesundheit und Ernährung, Materialien für Klasse 5-10, Klett-Verlag, 1996

Curriculum Ernährung und Gesundheit, Unterrichtseinheiten Grundschule und Sek. 1, Klett-Verlag, 1976

Der Gewürzkoffer:

Schraubgläser mit Gewürzen zum Riechen, Kochen, Ausprobieren, dazu Dias und Schautafeln, Info-Materialien ab 7. Klasse, Bücherkiste: Kinderbücher aus aller Welt
Ausleihe: Deutsche Welthungerhilfe
Selbstabholung, keine Leihgebühr

Deutsche Welthungerhilfe (Hrsg.):

Von Körner und Knollen, Wandzeitung und Materialheft, Bonn 1999

Küche, Kochen, Konservieren – Wandzeitung und Materialheft, Bonn 1997

Guten Appetit – schlechten Hunger, Unterrichtsmaterialien, Bonn 1997

Die Kartoffel, Wandzeitung, Bonn 1994

Der Reis, Wandzeitung, Bonn 1995

Dröge, Caroline: Die Schokoladenwerkstatt, Verlag an der Ruhr, Mülheim 2000

Institut Danone für Ernährung:

Ernährung f. Kinder, Unterrichtsmaterialien für Grundschulen, Köln o.J.

Hell, Dieter u.a.:

Gesunde Ernährung in der Grundschule, Oldenbourg Verlag, München 1992

Heumann, Dagmar u. Rainer:

Hauswirtschaft, Kopierhefte mit Pfiff, Bayr. Schulbuchverlag, München 1998

Kaffee-Probierset:

Zum Testen verschiedener Kaffeesorten, mit Kaffeeservice etc. und Infomaterialien, Ausleihe: GEPA Wuppertal, Tel.: 0202/24 30 50, Leihgebühr für 3 Wochen 20 DM

Landesvereinigung Milchwirtschaft NRW:

Grundschulpaket Fit in der Schule, Düsseldorf
Projektwoche Milch für Sek. I, Düsseldorf o.J.

Meier-Ploeger, Angelika:

Fühlen wie's schmeckt, Sinnesschulung für Kinder und Jugendliche, Food Media, Fulda 1999

Misereor (Hrsg.):

Colonialwaren, Materialien für die Schule Nr. 19, Aachen 1995

Nicht nur vom Brot allein, Materialien für die Schule Nr. 23, Aachen 1997

Ratz, Jörg:

Kaffee, eine Aktivmappe, Verlag an der Ruhr, Mülheim 1993

Bananen, eine Aktionsmappe für Grundschule und Sek. I., Verlag an der Ruhr, Mülheim 1990

Verbraucher-Zentrale NRW e.V. (VZ):

Anders essen als bisher, Düsseldorf 1992

Mahlzeit, Kinder! Ernährungstipps für Eltern, Düsseldorf 1998

Schul-Mensa – viel mehr als nur Pausenverpflegung, Düsseldorf o.J.

Schatzkiste Kaikai:

Essen bei den Wampar in Papua-Neuguinea, mit Originalobjekten, Informationen und Texten, Rezepten. Ausleihe: Arbeitsstelle Weltbilder
Tel.: 0251/72 009 Transportkosten ca. 80 DM, Leihgebühr für 3 Wochen 50 DM

Schoko-Kiste:

Mit dieser Kiste kann mit den Kindern zusammen Schokolade hergestellt werden. Ausleihe: Trans Fair

Wilmeroth, Sabine, Rösgen, Anja:

Die Kartoffelwerkstatt, Verlag an der Ruhr, Mülheim 1998
Vom Acker zum Bäcker, Verlag an der Ruhr, Mülheim 2000

Adressen, Bezugsquellen, Kooperationspartner

Agenda-Infostelle Köln

Remigiusstr. 21, 50937 Köln,
Tel.: 02 21/33 10-887

Agrar-Konzept

Luxemburger Strasse 152, 50937 Köln,
Ansprechpartner Herr Dornbusch,
Tel.: 02 21/42 01-875, Fax: 02 21/42 01-876

AID, Informationsdienst für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten e.V.

Konstantinstrasse 124, 53179 Bonn,
Tel.: 02 28/84-990, www.aid.de

Amt für Umwelt- und Verbraucherschutz der Stadt Köln

Willy- Brandt- Platz 2, 50679 Köln
Ansprechpartner Dr. Herbert Bretz,
Tel.: 02 21/221-24634, Fax: 02 21/221-27926,
e-mail: herbert.bretz@stadt-koeln.de

Umweltpädagogische Infostelle:

Ursula Wrobel, Tel.: 02 21/221-22747
e-mail: ursula.wrobel@stadt-koeln.de

ANOG NRW e.V.

Pützchen Chaussee 60, 53227 Bonn,
Tel.: 02 28/46 13 99, Fax: 02 28/46 15 58
e-mail: ANOGeV@t-online.de

Bioland NRW e.V.

Im Hagen 5, 59069 Hamm,
Tel.: 0 23 85/29 78, Fax: 0 23 85/51 82,
e-mail: Bioland.NRW@t-online.de

Brot für die Welt

Projekt Mahlzeit: Franziska Krisch,
Tel.: 07 11/2 10 95-25, Fax: 07 11/2 10 95-55
www.projekt-mahlzeit.de
Öffentlichkeitsarbeit, Postfach 10 11 42,
70010 Stuttgart

BzGA, Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Ostheimer Strasse 220, 51109 Köln,
Tel.: 02 21/89 92-0, www.bzga.de

CMA, Centrale Marketing-Gesellschaft

der deutschen Agrarwirtschaft
Koblenzer Strasse 148, 53177 Bonn,
Tel.: 02 28/447-31

Demeter NRW e.V.

Annener Berg 15, 58454 Witten,
Tel.: 0 23 02/69 61 10, Fax: 0 23 02/69 61 11

Deutsche Welthungerhilfe

Ansprechpartnerin: Angela Tamke
Adenauerallee 134, 53113 Bonn,
Tel.: 02 28/22 88-129, Fax: 02 28/22 07 10
e-mail: angela.tamke@dwhh.de

DGE, Deutsche Gesellschaft für Ernährung

Postfach 93 02 01, 60457 Frankfurt a. M.
www.dge.de

Euro-Toques

c/o Schassbergers Kur- und Sporthotel,
73667 Ebnisee/Schwäb. Wald,
Tel.: 0 71 84/29 21 02, Fax: 0 71 84/29 21 38,
e-mail: office@eurotoques.de,
www.eurotoques.de

Food Media

Im Sandfeld 9, 36093 Künzell,
Fax: 06 61/96 40 399,
e-mail: food.media@t-online.de

GEPA

Gewerbepark Wagner, Bruch 4, 42279 Wuppertal,
Tel.: 02 02/2 66 83-0, Fax: 02 02/2 66 83-15

Gesundheitsamt Stadt Köln

Neumarkt 21-26, 50667 Köln
Frau Schmitz Krahm, Tel.: 02 21/221-24053

GMF Vereinigung Getreide- Markt- und Ernährungsforschung e.V.

Denglerstr. 5, 53173 Bonn, Tel.: 02 28/35 50 10

GEW, Gas-, Elektrizitäts- und Wasserwerk Köln AG

Parkgürtel 24, 50823 Köln,
Tel.: 02 21/178-0, Fax: 02 21/178-33 22

HAGE Hessische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitserziehung

Heinrich-Heine-Strasse 44, 35039 Marburg,
Tel.: 0 64 21/60 07-0

Hessisches Institut für Lehrerfortbildung

Reinhardswaldschule, 34233 Fuldata,
Tel.: 05 61/8 10 10

Historisches Archiv Stadt Köln

Severinstrasse 222, 50676 Köln,
Tel.: 02 21/221-22329

Institut Danone für Ernährung e.V.

Postfach 520225, 50951 Köln,
Fax. 02 21/3 68 56 92, www.danone.de

Landesinstitut für Schule und Weiterbildung,

Paradieser Weg 64, 59494 Soest,
Tel.: 0 29 21/68 33 07, Fax: 0 29 21/68 32 28,
Ansprechpartner Rolf Schulz
e-mail: Rolf.Schulz@mail.lsw.nrw.de

Landesvereinigung der Milchwirtschaft NRW e.V.

An der Piwipp 68, 40468 Düsseldorf
Tel.: 02 11/4 72 13-0, Fax: 02 11/4 72 13-33
e-mail: milch-nrw.de

Landwirtschaftskammer Rheinland

Ansprechpartner Ernst Hammes
Endenicher Allee 60, 53115 Bonn,
Tel.: 02 28/703-1308, Fax: 02 28/703-498
e-mail: ernst.hammes@lwk-rheinland.nrw.de

Misereor

Mozartstrasse 9, 52064 Aachen,
Tel.: 02 41/44 21 03, Fax: 02 41/4 79 86-45,
e-mail: MVG@misereor.de

Naturland NRW e.V.

Gewerbegebiet Rommersch 13,
59510 Lippetal/Lippborg,
Tel.: 0 25 27/93 02 31, Fax: 0 25 27/93 02 20,
e-mail: Naturland.nord-west@naturland.de

Natur und Kultur

Institut für ökologische Forschung und
Bildung e.V.
Werkstattstr. 100, 50733 Köln,
Tel.: 02 21/73 85 80, Fax: 02 21/73 25 543,
www.koeln-bonn.net/natur-kultur.de

Natur- und Umweltschutz-Akademie NRW (NUA)

Siemensstr. 5, 45659 Recklinghausen,
Tel.: 0 23 61/30 50, Fax: 0 23 61/30 53 40
Koordinierungsstelle Umweltbildung:
Petra Fischbach, Tel.: 0 23 61/305-238
www.nua.nrw.de

Rautenstrauch-Joest-Museum

Ubierring 45, 50678 Köln,
Tel.: 02 21/3 36 94-0, Fax: 02 21/3 36 94-10

Schulamt für die Stadt Köln

Willy-Brandt-Platz 3, 50679 Köln,
Tel: 02 21/221-29082, Fax: 02 21/221-29253
e-mail: marion.schmidtke@stadt-koeln.de

Stadt&Land e.V.,

Liebigstr. 20, 40479 Düsseldorf
Ingrid Gertz-Rotermund, Tel.: 02 11/48 70 21
e-mail: stadtundland.nrw@t-online.de

Trans Fair

Remigiusstr. 21, 50937 Köln,
Tel.: 02 21/94 20 40-27, Fax: 02 21/94 20 40-40
www.transfair.org

Trienekens GmbH,

Robert-Bosch-Str. 20-22, 50769 Köln
Ansprechpartner: Egbert Bischoff,
Tel.: 02 21/9 70 60-128, Fax: 02 21/9 70 60-120

Tuffi Campina Milchwerke

Geldernstr. 35, 50739 Köln, Tel.: 02 21/17 75-0,
Ansprechpartner: Heinz Benner,
e-mail: benneh@tufficampina.de

Verbraucher Institut

Carnotstraße 5, 10587 Berlin,
Tel.: 0 30/39 00 86-0,
www.verbraucherinstitut.de

Verbraucher-Zentrale NRW

Mintropstraße 27, 40215 Düsseldorf
Ansprechpartnerin Angela Clausen
Tel.: 02 11/38 09-124, Fax: 02 11/38 09-238
e-mail: angela.clausen@vz-nrw.de,
www.vz-nrw.de

Verlag an der Ruhr

Postfach 10 22 5, 45439 Mülheim an der Ruhr,
Tel.: 02 08/49 50 40, www.verlagruhr.de

WEGE im Kreis Düren,

Gotthard Kirch, Zerkallerstr. 5, 52385 Nideggen
Tel.: 0 24 27/90 94 72, kirch@wege.de

Weltladen Köln

Schildergasse 57, 50667 Köln,
Tel.: 02 21/34 68-374,
e-mail: schildergasse@weltlaeden-koeln.de

Wuppertal Institut für Klima, Umwelt und Energie

Döppersberg 19, 42004 Wuppertal,
Tel.: 02 02/24 92-163, www.wupperinst.org

Kölnische Rundschau, 16.10.01

Benefiz-Aktionswoche in 50 Kölner Schulen

Frühstück hilft Kindern in der ganzen Welt

Schafkäse mit Oliven und Tee, Pfannkuchen und Speck, Nutella-Tost und Milch – oder gar nichts? Was frühstücken Schüler in Köln, in den Ländern der Erde? Welche Gewohnheiten gibt es, was ist (un)gesund? Die Welt des Frühstücks steht vom 22. bis 26. Oktober im Mittelpunkt des Unterrichts in über 50 Kölner Schulen. „Mit hungertem Magen kann man nicht lernen“, dieser Satz gilt überall. Die Aktion schlägt Betonen von der Ernährung zur Kultur, beleuchtet gesundheitliche Aspekte und macht auf die Schulküchen in ärmeren Ländern aufmerksam, die meist ohne Frühstück auskommen müssen. Doch auch hierzulande sind es immer mehr Kinder, denen morgens der Magen knurrt. Der Erlös des Kölner Projekts kommt der Schulspeisung von Nomadenkindern in Mali zugute.

Ministerin Bärbel Höhn, Ingeborg Schütte von der Deutschen Welthungerhilfe, Gesundheitsdezernentin Dr. Ursula Christiansen und WDR-Intendant Fritz Pleitgen. Das Fest für einen guten Zweck initiierten die Welthungerhilfe mit der NRW-Verbraucherzentrale, dem Kölner Amt für Umwelt und Verbraucherschutz sowie dem Agenda-Themenkreis Bildung. Beispiele aus dem Programm: Die Rheinische Schule für Körperbehinderte lädt am 22. und 26. Oktober zu einem Frühstückstisch der Welt (10 Uhr), das Gymnasium Genevestraße am 25. Oktober zur Morgenmahlzeit (10.40 Uhr). Auch eine Umfrage von Pissanten ist geplant. Die Sonderschule Kolkrahenweg lässt sich internationalen Breakfast schmecken, die Hauptschule Overbeckstraße will die Loriot-Geschichte „Das Ei“ verfrühstücken, sechs Schulen kochen Öko-Produkte. Die Hauptschule Mommsenstraße inszeniert das Stück „Die Raben“. Und an 30 Schulen lesen der Kinderbuchautor Idreisa Keita aus Mali und der Inder Pranab Mazumdar aus ihren Werken.

Kölnische Rundschau, 20.06.01

Projekt soll zu gesunder Ernährung erziehen

Beim Frühstück über den Tellerrand schauen

Morgens wie ein König, abends wie ein Bettler – nicht nur der Volksmund, auch die Verbraucherzentrale Köln stuft die Bedeutung des Frühstücks hoch ein. Unter dem Motto „Frühstück für alle“ hat die Behörde in Zusammenarbeit mit dem Umweltamt und der Deutschen Welthungerhilfe die Aktion „Weltfrühstück“ gestartet, an der sich über 50 Kölner Schulen beteiligen. Im Rahmen einer Projektwoche im Oktober sollen die Schüler zusammen mit ihrem Lehrern die morgendlichen Speisegänge anderer Länder erforschen.

Die Aktion soll eine Brücke von der Ernährung zur Kultur schlagen: Die Geschichte und Zubereitung von Speisen in ferneren Ländern wird dabei ebenso behandelt wie das Lieblingsfrühstück von Comicfiguren und Serienhelden aus dem Fernsehen. Und während der Aktionswoche zeigen die Schüler, wie man ein ausgewogenes Frühstück zubereitet. Auf einem Fest im Elisabeth-von-Thüringen-Gymnasium werden die Schulen dann ihre Arbeiten präsentieren. Der Erlös von Aktionen und Fest kommt einem Projekt der Welthungerhilfe in Mali zugute.

Kölnische Rundschau, 16.10.01

MEINER MEINUNG NACH

Schul-Aktionen Lehrreiche Kost



Martina Windrath

Frühstücken steht in über 50 Kölner Schulen demnächst im Mittelpunkt des Unterrichts. Die Schüler (und ihre Eltern) können in der Aktionswoche „Weltfrühstück“ von Welthungerhilfe, Verbraucherberatung und Umweltamt viel lernen. Über ausgewogene Ernährung, wo Nahrungsmittel herkommen, welche Sitten es in anderen Ländern gibt. Mit knurrendem Magen lernt es sich schlecht, das gilt überall. Nicht nur in armen Ländern wie bei den Nomadenkindern in Mali, denen die Benefizaktion zugute kommen wird. Auch hierzulande gibt es etliche Pänz, die ohne Morgenmahlzeit auskommen müssen, die keine Butterbrotdose mit Vollwertkost und Milch in der gro-

ßen Pause aus dem Ranzen packen können. Und es gibt die, die ohne Rücksicht auf die Gesundheit Nutella-Brote, Schokoriegel und Cola im Überfluss konsumieren. Das liegt dann schwer im Magen. Die vorbildliche Aktionswoche bietet ein reichhaltiges und vor allem auch nachhaltiges Programm mit Diskussionen, Umfragen, Besuchen von Bauernhöfen und Öko-Kochkurs. Die Resonanz ist riesig. Die Teilnehmer werden mit der pädagogisch wertvollen Kost ganz praktisch und fächerübergreifend auf den Geschmack gebracht und tun dabei etwas für einen guten Zweck. Hoffentlich tafeln viele Besucher bei der Aktionswoche mit. Guten Appetit.

Köln Stadtanzeiger, 20.06.01

Aktion „Weltfrühstück“ Gesunde Ernährung wird Thema in mehr als 50 Schulen

Wenn Lehrer sich täglich vorgelesen wird, was ihre Schüler im Magen haben, dann werden auch sie verunsichert. Buschschmitten, Leberkäse, Vorkost, halbfertige Obstsalate, Gewürde, in denen eigentlich nur Mehl ist, sind im Alltag nicht selten gegessen, aber sie haben den Magenkräusen viel zuzusetzen. Und es gibt noch viel mehr, das dem Körper nicht gut tut. Das Malheur, bei dem es um die Ernährung geht, ist ein ernstes Problem. Die Aktion „Weltfrühstück“ soll die Schüler auf den Zweck, der im Unterricht

erreicht werden soll. Es soll eine Brücke geschlagen werden von der Ernährung zur Kultur; es soll Gewohnheit beim Essen erlernen und die eigene Ernährung bewusster wählen. Die Zubereitung von Produkten wird ebenso behandelt wie traditionelle Kassenverpackungen. Es gibt eine Frühstückskarte von Comic-Helden und einen Frühstückstisch-Lauf in der Zeit. Das Ganze findet am 22. Oktober in der Zeit im Elisabeth-von-Thüringen-Gymnasium. Der Erlös der auf viele Schulen angelegten Aktion kommt einem Projekt der Welthungerhilfe in Mali zugute.

Susanne Hergenhack

20-Minuten-Köln, 20.06.01

Schüler machen Frühstück für alle

SCHÜLERAKTION Frühstücksanalyse von Comic-Helden und ein Frühstückskochbuch – unter dem Motto „Frühstück für alle“ steht die von der Verbraucherzentrale Köln initiierte Aktion, an der sich vom 22. bis 26. Oktober 53 Kölner Schulen beteiligen und Frühstückskulturen aus aller Welt erforschen. Die Aktion, die im Unterricht umgesetzt wird, mündet in einem großen Fest, das am 27. Oktober im Elisabeth-von-Thüringen-Gymnasium stattfindet. Der Erlös des Festes kommt der Welthungerhilfe zugute.

Bild, 20.06.01

Aktion „Frühstück für alle“
Köln - 53 Kölner Schulen beteiligen sich an der Aktion „Frühstück für alle“. Eine Aktion von Verbraucherzentrale und Welthungerhilfe. Dabei werden Frühstückskulturen in aller Welt erforscht.

Kölnische Rundschau, 29.10.01

Abschlussfest zur Aktionswoche von über 50 Schulen mit prominenten Gästen

Spaß am „Frühstück für alle“ bei kölschen Pänz und Tuareg

Von Claudia Schramm

Die meisten Menschen frühstücken – wenn überhaupt – in Gesellschaft, auch wenn nur die Hälfte von ihnen so ist. Das ist ein Ergebnis einer Befragung, die Schüler des Gymnasiums Genevestraße durchgeführt haben. Damit haben sie ihren Beitrag geleistet zum „Weltfrühstück – Fest für alle“, das am Samstag im Elisabeth-von-Thüringen-Gymnasium gefeiert wurde. Es war der Abschluss der Aktion „Weltfrühstück – Frühstück für alle“, die in der vergangenen Woche in mehr als 50 Kölner Schulen durchgeführt wurde. Initiiert wurde die Aktion von der Deutschen Welthungerhilfe, der Verbraucherzentrale NRW und dem Amt für Umwelt und Verbraucherschutz Köln.



Über Frühstück debattieren die „Pänz“, Clausen, Schütte, Höhn und Pleitgen (v.l.). Foto: Olig

Rund 20 Schulen haben den Begegnung am Samstag vorgeführt. Zusätzlich waren 22 Organisationen von Genessee bis zum WDR vertreten. Die Schüler vom Gymnasium Genevestraße hatten am Wochenende rund 100 Leute befragt. Auf die Frage „Frühstücken Sie?“ antworteten etwa 80 Prozent der Männer mit ja, bei den Frauen waren es nur etwa 40 Prozent. Dabei ließ sich mehr als die Hälfte über Frühstück schreiben“, erzählt die 14-jährige Gena.

Ganz ungewöhnlich haben sich die Eltern mit dem Frühstück auseinandergesetzt. Manche unterschrieben die Essgewohnheiten in verschiedenen Kulturen, andere konnten selbst ein gesundes Frühstück kreieren. Das war ein wertvolles Erlebnis an der katholischen Grundschule. Freigabe übertrug die Schüler über die Ernährung mit gewohntem Frühstücksgewohnheiten von Früchte-Milch bis zum Rindfleisch. Die Schüler sollten ein Frühstück kreieren, bei dem sie alle Zutaten, Vollkornbrot

(jeweils belegt) sowie Obst, einbringen. „Die Kinder haben ihre Eltern lange befragt, bis sie zum ein gesundes Frühstück mitgegeben haben“, freut sich Lehrerin Sylvia Schaller über das Engagement der Schüler.

Kinder wie auch Lehrer sind stolz über den Erfolg. Ein gesundes Frühstück ist wichtig und kann Spaß machen. Das fand auch Bärbel Höhn. „An der Stelle, wo sich die Kinder getroffen haben, soll man, welche Freude sie daran hatten.“ Die Landesministerin für Umwelt und Verbraucherschutz hatte zuvor in einer Runde mit Angela Clausen von der Verbraucherzentrale NRW, Ingeborg Schütte von der Deutschen Welthungerhilfe sowie Fritz Pleitgen, Schotte und Höhn, über Frühstück gesprochen.

Köln Stadtanzeiger, 16.10.01

Alles dreht sich ums Frühstück

Ein großes Weltfrühstück der Kölner Schulen wird am Samstag, dem 27. Oktober, von 11 bis 16 Uhr im Elisabeth-von-Thüringen-Gymnasium, Nützenstraße 53, veranstaltet. Mit dem Fest endet die Aktion „Weltfrühstück – Frühstück für alle“, die die Deutsche Welthungerhilfe, die Verbraucherzentrale NRW, die Stadt und die Kölner Agenda in der Woche zuvor an mehr als 50 Schulen durchführten. Bei der Aktion steht das Frühstück, fächerübergreifend im Mittelpunkt. Am Abschluss werden Frühstückskulturen aus aller Welt zum Geschmecktest angeboten, in einer Gesprächsrunde debattieren unter anderem Umweltministerin Bärbel Höhn und der malische Autor Idreisa Keita über das Frühstück, auch ein großes Kulturprogramm wird veranstaltet. Der Erlös des Festes findet übrigens auf dem Frühstückstisch von Tuareg-Ländern in Mali. Die Welthungerhilfe verteilt hier Schulmahlzeiten. (madi)

Köln Stadtanzeiger, 30.10.01

Sie haben nun Hunger auf mehr

Kinder, Lehrer und Eltern beschäftigten sich mit dem Thema Frühstück

In 50 Kölner Schulen bestimnte in der vergangenen Woche das Frühstück, seine Geschichte und seine gesunde Zubereitung den Lehrplan. Zum Abschluss wurde das große „Weltfrühstücks“-Fest gefeiert.

VON MARKUS DÜPPENGIESSER

Sitz - Jedes Kind aus der vierten Klasse sollte wenigstens einmal ein gesundes Frühstück mit in die Schule bringen: Ein Vollkornbrot, fettfrei belegt, ein Milchprodukt, ein zuckerfreies Getränk, Obst oder Gemüse. Als Belohnung verteilte Sylvia Schaller, Klassenlehrerin und stellvertretende Leiterin der Hans-Christian-Andersen-Grundschule, dann kleine Geschen-

ke – zusätzlich zu dem wahren und nachhaltigen Nutzen, den die Aktion haben sollte: dass die Schulkinder sich in Zukunft auch ohne „Köder“ gesünder ernähren. Ihre Erfahrungen waren positiv, berichtet Schaller. „Den Eltern konnten wir zeigen, dass das gar nicht so viel Arbeit machen muss. Und den Kindern, dass es schmeckt.“

Die Jungen und Mädchen von der Gemeinschaftsgrundschule Manderscheider Platz sahen das Frühstück international. Dazu besuchten die Drinkklässler die Eltern ihrer Mitschüler aus der Türkei, aus Pakistan oder Libyen. Im Hause der Libyer etwa aßen sie so, wie dort üblich: Sie saßen auf dem Fußboden, es gab Rührei und Nüsse, dazu arabische Tee. Die Schüler aus der zweiten Jahrgangsstufe erkundeten Indien. Der Schriftsteller und

Schauspieler Pranab Mazumdar erzählte vom Leben und vom Frühstück auf dem Subkontinent. Auf dem Südeuropäischen dürfen die Achtjährigen auf eigene Faust einkaufen. Für den indischen Obstsalat mit Datteln, Gymnasialisten aus der Genevestraße befragten Passanten am Wiener Platz über ihre Frühstücksgewohnheiten.

Modernes Schlaraffenland

Dabei fanden sie heraus, dass Frauen weniger oft frühstücken als Männer. „Viele Frauen haben morgens keinen Hunger“, haben Gena (14) und Galsen (15) erfahren. „Und andere bereiten erst mal ihren Kindern das Frühstück – und vergessen darüber, selbst etwas zu essen.“ Gastgeber des Abschluss-Festes war das Elisabeth-von-Thüringen-Gymnasium. Dessen Klasse 7b nä-

herte sich dem Thema Ernährung künstlerisch. Als „lebendes Bild“ gestalteten die Schüler das Bild „Schlaraffenland“ von Pieter Breughel („Öl auf Holz“) nach „Die Schlaraffenland 2001“ („Kinder auf Stoff“) war eine Übertragung des mehr als 400 Jahre alten Werks in die Gegenwart: So wollten die Schüler Breughels Kritik an Konsumucht und Ungerechtigkeit, aber auch an Fehlernährung aktualisieren. Im Original liegen ein Bauer, ein Soldat und ein Gelehrter voll gefressen unter dem Schlaraffenbaum. In der neuen Version der Schüler sind es ein Müllmann, ein Computerspezialist und ein Lehrer. Statt Braten gibt's Hamburger, statt Grießbrei Nussnougatcreme und Eis. „Es ist Zeit, aufzuwachen und Verantwortung für die Welt zu übernehmen“, urteilen die Schüler.