Seit 20 Jahren gibt es das Kochen mit Kindern

› Grund, die Erfolgsgeschichte der Landfrauen zu feiern

DIEPHOLZER LAND › Bunt, vielseitig und gesund – Obst und Gemüse die Fitmacher, so lautet der Titel der Kochaktionen der Kreisverbandes Grafschaft Diepholz, der in diesem Jahr zum 20. Mal in den Grundschulen der Region kocht. Ein Jubiläum, das am 21. Oktober mit einer Feierstunde begangen werden soll.

Zahlreiche Landfrauen der drei Landfrauenvereine des Kreisverbandes Grafschaft Diepholz sind seit 20 Jahren erfolgreich an der Aktion „Kochen mit Kindern" beteiligt. Foto: Landfrauen

Auch dieses Jahr werden wieder zahlreiche Landfrauen der drei Landfrauenvereine des Kreisverbandes Grafschaft Diepholz die Aktion Kochen mit Kindern in den 3. und 4. Klassen durchführen. Zur Vorbereitung des Unterrichts und Schulung trafen sie sich mit Beraterin Frau Edda Möhlenhof-Schumann in der Landwirtschaftskammer in Sulingen.

Die Aktionen werden wie in denvergangenen Jahren vom Niedersächsischen Landvolk Kreisverband Grafschaft Diepholz maßgeblich unterstützt.

So kommen rund 1.400 Schüler in den Genuss zum Thema: „Bunt, vielseitig und gesund - Obst und Gemüse die Fitmachen" im Unterricht zu kochen.

Jedes Kind erhält ein Kinderkochbuch mit vielen leckeren Rezepten für den weiteren Gebrauch zuhause, dessen Druck die AOK Syke sponsert.

Da läuft so manchem das Wasser im Mund zusammen, wenn Pumuckels Lieblingsschmaus, Grünfutter für Drachenritter, Balus Obstsalat oder Drachenmilch zubereitet werden. Alle Kinder dürfen schneiden und rühren nach Herzenslust. Außerdem warten am Erlebnistisch viele spannende Aufgaben, die es zu erledigen gilt, wie ein Geruchsmemory, Fühlkisten, Kreuzworträtsel, Schälwettbewerb und vieles mehr.

Aber auch ein wenig Theorie muss gemeistert werden. Welches Obst und Gemüse wächst auf heimischen Feldern und in unseren Gärten? Welche Teile der Gemüsepflanzen essen wir? Warum sind Obst und Gemüse so gesund?

Obst und Gemüse wird namentlich bestimmt und probiert. Obst, Kräuter und Gemüse werden erschnuppert und ertastet, so dass alle Sinne angesprochen werden nach dem Motto : „Mit allen Sinnen genießen".

Der Tag soll Spaß machen und dazu anregen mehr Obst und Gemüse zu essen, so wie die Vorschläge für gesunde Ernährung lauten: 5 Portionen Obst und Gemüse pro Tag.

Wenn Zeit und Lust besteht, können die Schulklassen im Anschluss oder im Vorfeld auch noch ein Grünes Klassenzimmer besuchen, um den Weg von der Erzeugung der Nahrungsmittel über die Verarbeitung bis auf den Tisch besser nachvollziehen zu können.

Wenn daran Interesse besteht, können sich die Schulen bei Frau Vera Ohrdes, Landvolk Diepholz, Telefon 04271/945114 melden. Infos über die Grünen Klassenzimmer findet man unter: www.landvolk-diepholz.de (Grünes Klassenzimmer). ‹