

# Erbsen im Schulzimmer

Seit Anfang Jahr bieten die ernährungs-psychologische Beraterin Lea Guidon und der Kulturvermittler Urs Heller an Aargauer Kindergärten und Primarschulen im Auftrag von Kultur macht Schule interessierten Schulklassen sinnliche Tagesausflüge in die Welt der Sprache und der guten und gesunden Ernährung. Im Schulblatt-Gespräch berichten sie von «Erbsen Sätze Suppentopf», dem gesunden Kinder-Geschichten-Koch-Kurs.



Der Workshop «Erbsen Sätze Suppentopf» macht Appetit auf Geschichten und gesundes Essen. Foto: Müllerhaus Lenzburg.

*Gesundheitsförderung und Sprachförderung – zwei sehr unterschiedliche Kursinhalte.*

*Wie lassen sich Erbsen und Sätze in einen Topf bringen?*

Urs Heller (UH): Zu jedem Thema gibt es Fragen, Ansichten, Geschichten, Gedichte, Verse und Spiele, welche die Sprachkompetenz fördern. Das Essen und was damit zusammenhängt, beschäftigt jedes Kind jeden Tag. Deshalb ist die Kombination ideal. Ein bekömmlicher Eintopf.

*Und wie muss man sich das konkret vorstellen?*

Lea Guidon (LG): Die Ausgangslage sind saisonale Lebensmittel, welche die Kinder mit allen Sinnen erkunden. Die Klasse widmet sich dem Thema Essen einerseits durch Geschichten und Sprachspiele aller Art, andererseits durch das praktische Verwerten der Lebensmittel. Die Kinder erleben dabei die verschiedenen Arbeitsschritte vom Grundprodukt bis zur fertigen Mahlzeit – inklusive Dessert!

*Was für eine Beziehung haben die Kinder zum «gesunden Essen»?*

LG: Manche Kinder sind geprägt von negativen Vorurteilen gegenüber gesundem Essen. Oft erlebe ich es jedoch, dass Kinder Lebensmittel, die sie bisher abgelehnt haben, beim lustvollen Entdecken und Zubereiten trotzdem kosten – und dann merken, dass sie doch Gefallen daran finden.

*Geschichten als Lebensmittel – haben die Kinder auch Appetit?*

UH: Geschichten aller Art machen immer Appetit. Es gibt Favoriten, wie beim Essen auch. Nicht jedes Kind mag Lauch, nicht jedes Kind mag Gedichte. Der Appetit ist unterschiedlich gross, mit dem Hunger aber kann gerechnet werden. Ein vielfältiges Geschichten-Menü belebt die Speisekarte.

*Worin besteht denn genau Ihr Förderanliegen?*

UH: Kinder sollen Spass bekommen an den Möglichkeiten ihrer Sprache. Kinder sollen ihren Geschichten trauen. Kinder sollen erfahren, dass die Sprache ein Mittel zum Erleben der Welt ist.

LG: Die Kinder sollen die Vielfalt der Lebensmittel mit allen Sinnen entdecken. Sie sollen ganz konkret und im eigenen Tun erfahren, dass auch gesundes Essen schmeckt, dass aus naturbelassenen Nahrungsmitteln etwas Tolles, Leckerer hergestellt werden kann. Ein weiteres Anliegen ist die Saisonalität – ein zentraler Punkt der gesunden und genussvollen Ernährung.

*Und wie reagieren die Kinder konkret darauf?*

UH: So wie sie ihre Welt erleben, zeigen sie Reaktionen: fasziniert, ungeduldig, wis-

send, ängstlich, belustigt, fordernd, spielerisch. Das macht die Sache reizvoll und anstrengend.

LG: Auch wenn nicht alle Kinder alle Speisen mögen: Das Kochen macht allen Spass. Und Selbstgekochtes schmeckt automatisch viel besser!

*Was wünschen Sie sich für die kommenden Kurse?*

UH: Aufmerksame und motivierte Kinder mit gutem Appetit für Geschichten, und Menüs von mir, die den Kindern schmecken.

LG: Ich wünsche mir, dass das Interesse und die Freude am gesunden Essen nach Hause getragen wird und sich auf die Familie überträgt.

Interview: Svenja Herrmann, Literaturhaus Müllerhaus Lenzburg

## WORKSHOP-ANGEBOT FÜR SCHULEN

Der vom Aargauer Literaturhaus «Müllerhaus» entwickelte Erlebnis-Kurs «Erbsen Sätze Suppentopf» ist ein Workshop-Angebot von Kultur macht Schule, unterstützt vom Departement Gesundheit und Soziales, Schwerpunktprogramm Gesundes Körpergewicht. Der Kurs kann jederzeit gebucht werden.

III Zielgruppen: 2. Kindergartenjahr, 1. und 2. Klasse

III Dauer: 9 Uhr bis 14 Uhr

III Gruppengrösse: eine Schulklasse  
Anmeldungen direkt bei Lea Guidon:  
E-Mail [info@optiweight.ch](mailto:info@optiweight.ch),  
[www.optiweight.ch](http://www.optiweight.ch)

Weitere Informationen:  
[www.kulturmachtschule.ch](http://www.kulturmachtschule.ch)