

„Essen und Ernährung“ vom 13.02.2008

Dieser Workshop fand im Rahmen der pädagogischen Arbeit für die FO 3 an der Marienschule statt.

Die frankfurter Ernährungsberaterin/DGE Miriam Eisenhauer kam ins wunderschöne Limburg, um mit 12 interessierten jungen Damen über das Thema „Gesunde Ernährung“ im Rahmen der Pädagogik zu sprechen und auch praktisch auszuarbeiten.



Der Vormittag war mit Erwartungen, kleinen Übungen und einer Präsentation über Kinderernährung abwechslungsreich gestaltet. In der Mittagszeit konnten die Teilnehmerinnen ihr Erlerntes umsetzen und zogen in Kleingruppen in die Stadt, um mit wenig Geld Zutaten für ein vollwertiges und gesundes Frühstück zu besorgen.



Kaum wieder in der Schule angekommen, machten sich die pffiffigen Teilnehmerinnen ans Werk und zauberten aus den geringen Möglichkeiten, die eine kleine Teeküche und ein angrenzender Klassensaal boot, ein unvergessliches und tadellos ausgewogenes gesundes Frühstück. Dass heutzutage die Möglichkeiten insbesondere in Erziehungseinrichtungen sowohl räumlich als auch finanziell gering sind ist ihnen allen bewusst, aber *„Wo ein Wille ist, ist auch ein Weg!“*.



Nach dem geselligen und sättigenden Mahl stiegen alle in den letzten Teil des Workshops ein. Hierbei lernten die Teilnehmerinnen verschiedene Geschmacks- und Genussübungen sowie ein lustiges Spiel für Kinder kennen, welches sie abwechselnd praktisch ausarbeiteten und an einer Gruppe anwendeten oder selbst in der Kinder- oder Klientenrolle erlebten. Frau Eisenhauer war sehr angetan von der kreativen Umsetzung der Möglichkeiten der Teilnehmerinnen und der Fähigkeit sich schnell in verschiedene Rollen einzufühlen.



Insgesamt war es ein gelungener Workshop, in dem alle Lernziele erreicht wurden und stets eine positive Atmosphäre bestand. Ein großer Dank an Frau Krebs (Sozialpädagogin der Marienschule), die durch ihre kommunikative Art diesen Tag möglich gemacht hat.

