



2



3



3

Ott-Goebel-Jugend-Stiftung

3

### Essend bereise ich die Welt

Regelmäßige Mahlzeiten in der Familie und ein Bewusstsein für gesunde Ernährung sind heute nicht mehr selbstverständlich. Hier setzt das Projekt „Essend bereise ich die Welt“ der Ott-Goebel-Jugend-Stiftung für Grundschüler an. An der Stuttgarter Grundschule Riedenberg erarbeiten jeweils eine 1. und eine 3. Klasse in Tandems das Thema Essen unter drei Gesichtspunkten: gesunde Ernährung, die Herkunft der Nahrungsmittel sowie soziale Aspekte der Ernährung. Das Projekt nutzt auch die kulturelle Vielfalt der Schule und ihrer Stadtgesellschaft, um fremde Essgewohnheiten kennenzulernen. Soziale Aspekte, wie das Essensritual in der Gemeinschaft, werden bewusst gestaltet und erfahrbar.

Bereits sechs Schulklassen haben das Projekt durchlaufen. Besondere Höhepunkte waren dabei Exkursionen in ein historisches Backhaus zum Backen von Broten und Hefezöpfen, Apfelsaft pressen im Stuttgarter Mostbesen und Ausflüge zum Ökobauernhof. Zudem gab es internationale Länderaktionstage, wie den Mexiko-Tag, an dem Eltern mexikanische Teigtaschen herstellten, sowie das Purim-Fest mit dem typischen Purimgebäck, Hamantaschen, hebräischen Liedern und einem Film über das Judentum. Ein besonderes Highlight war das Tischsitten-Seminar: Unter Anleitung einer Knigge-Trainerin erlebten die Kinder bei einem Drei-Gänge-Menü in einem Restaurant die wichtigsten Regeln zum Essen und Trinken in der Gemeinschaft. Über Vorträge von Ernährungswissenschaftlern und das jährliche, internationale Herbstsuppenfest wurden auch die Eltern mit einbezogen.

Mit Erfolg: Eltern berichten über veränderte Essgewohnheiten der Kinder, die sich jetzt begeistert gesünder und vielfältiger ernähren. Eine ausführliche Dokumentation des Projekts ist auf der Internetseite der Stiftung veröffentlicht. Nachahmung erwünscht!

**Kontakt:**

Brigitte Ott-Göbel | Vorstandsvorsitzende | **Ott-Goebel-Jugend-Stiftung**  
[admin@ogjs.org](mailto:admin@ogjs.org) | [www.ogjs.org](http://www.ogjs.org)



3