



ERNÄHRUNGSWOCHEN

PROJEKTWOCH(E)

WASSER -der unsichtbare
Held auf unserem Teller

2025

IN KOOPERATION MIT

Green
Spoons



Slow Food®
Deutschland



STIFTUNG BILDUNG UND SOZIALES

Sparda-Bank

BADEN-WÜRTTEMBERG



experimenta

Das Science Center

203



BEGEISTERTE
SCHÜLERINNEN
& SCHÜLER

10

SCHULEN

10

LAND-
WIRTSCHAFTLICHE
BETRIEBE



KABARETTIST

29

ÜBERZEUGTE

KLASSENLEHRERINNEN
KLASSENLEHRER
SCHULLEITERINNEN

10 KNIGGEKURSE

10 KOCHTAGE

20



PROJEKTTAGE
ZUM THEMA

WASSER

406

ANPACKENDE
SCHNIBBELNDE
WERKELNDE

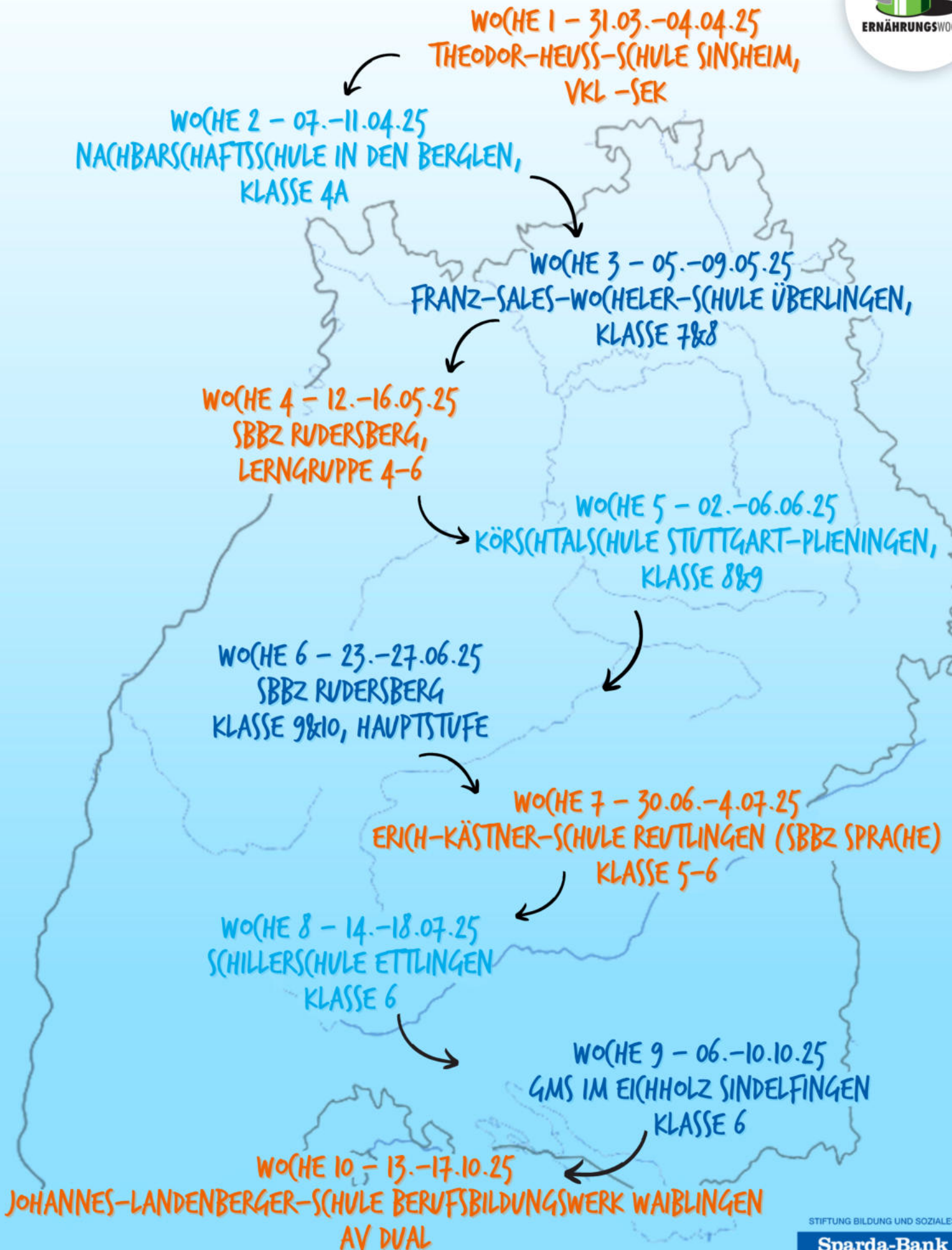
KINDERHÄNDE

STIFTUNG BILDUNG UND SOZIALES



Sparda-Bank

BADEN-WÜRTTEMBERG





122 BEGEISTERTE
SCHÜLERINNEN
& SCHÜLER

5

5 AUSSTELLUNGSBESUCHE
IM FORSCHERLAND DER EXPERIMENTA

SCHULEN

5 LAND-
WIRTSCHAFTLICHE
BETRIEBE



1 KABARETTIST

18

ÜBERZEUGTE

KLASSENLEHRERINNEN
KLASSENLEHRER
SCHULLEITERINNEN
SCHULLEITER

5 KNIGGEKURSE

"UNSER RESTAURANT"

5 KOCHTAGE

IN DER CARL-HEINRICH-KNORR-EXPERIMENTIERKÜCHE



10

PROJEKTTAGE
ZUM THEMA WASSER

244

ANPACKENDE
SCHNIBBELNDE
WERKELNDE

KINDERHÄNDE



experimenta
Das Science Center



IM AUFTRAG VON

experimenta
 Das Science Center

KONNTEN DIESES JAHR ERSTMALS FÜNF TEILNEHMENDE SCHULKLASSEN AUS DEN LANDKREISEN HEILBRONN UND LUDWIGSBURG VON DEN ERNÄHRUNGSWOCHEN PROFITIEREN. 122 KINDER GINGEN ANSCHLIESSEND GLÜCKLICH UND MIT NEUEM WISSEN NACH HAUSE.

Das Projekt „Ernährungswochen“ wurde von der **STIPHTUNG CHRISTOPH SONNTAG GmbH** entwickelt, konzipiert, geplant und durchgeführt.

Slow Food, als Kooperationspartner, bereichert das Konzept mit spannenden, methodisch-didaktisch aufbereiteten Inhalten zu jährlich wechselnden Schwerpunktthemen.

Ministerpräsident Winfried Kretschmann ist seit 2011 Schirmherr der Ernährungswochen.

Seit Beginn des Projekts im Jahr 2011 wird die Durchführung der jährlich stattfindenden zehn Ernährungswochen durch unseren Partner, die **Stiftung Bildung und Soziales der Sparda Bank BW**, finanziert und ermöglicht. In diesem Jahr konnten wir außerdem die **Experimenta Science Center gGmbH** als neuen Projektpartner gewinnen, um weitere fünf Ernährungswochen umzusetzen.

Dank unserer großartigen Partner konnten wir im Jahr 2025 insgesamt **15 Ernährungswochen** durchführen.

Wir danken herzlich für die wertvolle Unterstützung, die es uns ermöglicht, dieses spannende und wichtige Projekt durchzuführen!

10 ERNÄHRUNGSWOCHEN

STIFTUNG BILDUNG UND SOZIALES

Sparda-Bank

BADEN-WÜRTTEMBERG

5 ERNÄHRUNGSWOCHEN



experimenta

Das Science Center



**STIPHTUNG
CHRISTOPH
SONNTAG**

**Green
Spoons**

HINTERGRUND

Tiefkühl- und Fertigprodukte, statt eigenhändig zubereiteter Mahlzeiten, bestimmen zunehmend die Esskultur in Deutschland.

Viele Kinder kommen ohne Frühstück zur Schule und das Mittagessen zu Hause fällt vielfach aus. Da ist der Griff in die Tiefkühltruhe vorprogrammiert.

Ein gesellschaftlich relevantes Bildungsprojekt

Die Ernährungssituation von Kindern in Deutschland ist alarmierend: Laut der KIGGS-Welle 3 (2018-2020) des Robert Koch-Instituts sind etwa 15,7% der Kinder und Jugendlichen in Deutschland übergewichtig, wobei etwa 8,5% als adipös gelten – besonders betroffen sind Kinder aus sozioökonomisch benachteiligten Familien. Nach dem Ernährungsbericht 2020 der DGE essen nur etwa 25 % der Kinder und Jugendlichen in Deutschland täglich genug Obst und Gemüse.

Besorgniserregend ist, dass bereits im Kindesalter die Weichen für die Ernährung und Gesundheit im Erwachsenenalter gestellt werden.

Gesunde Ernährung beginnt mit Bildung – und zwar schon in der Schule. Doch das schulische Angebot in diesem Bereich ist häufig begrenzt. Themen wie Lebensmittelkunde, bewusste Ernährung und nachhaltiger Konsum kommen im Unterricht meist zu kurz.

Genau hier setzt das Projekt „Ernährungswochen“ der STIPHTUNG CHRISTOPH SONNTAG an – unterstützt von der Stiftung Bildung und Soziales der Sparda-Bank Baden-Württemberg eG. und im Auftrag der experimenta Heilbronn.

ZIELSETZUNG

In einer Zeit, in der Fertigprodukte und Snacks oft den Alltag bestimmen, möchte das Projekt Kinder und Jugendliche wieder für eine bewusste, gesunde und nachhaltige Ernährung begeistern. Durch praktische Erlebnisse und gemeinsames Ausprobieren erfahren sie, wo unsere Lebensmittel herkommen, wie sie hergestellt werden und wie viel Freude es macht, selbst zu kochen.

Gemeinsam mit regionalen Produzent*innen, Händler*innen und Köch*innen lernen die Teilnehmenden hochwertige Nahrungsmittel, artgerechte Tierhaltung und verantwortungsvolle Landwirtschaft kennen. So wird nicht nur Wissen vermittelt, sondern auch das Bewusstsein für Qualität, Herkunft und Wertschätzung von Lebensmitteln gestärkt.

Darüber hinaus fördern die Ernährungswochen wichtige soziale Kompetenzen: Rücksicht, Teamgeist und respektvolle Umgangsformen. Ein abschließender „Knigge-Kurs“ im Kellertheater der Stiphtung rundet das Erlebnis ab und zeigt, dass gute Manieren und Wertschätzung – am Tisch wie im Leben – Hand in Hand gehen.

„Die Schule allein schafft das nicht – darum braucht es starke außerschulische Bildungsangebote, die Herz, Kopf und Hand verbinden“, so Kabarettist Christoph Sonntag, Initiator des Projekts.



Projektwoche

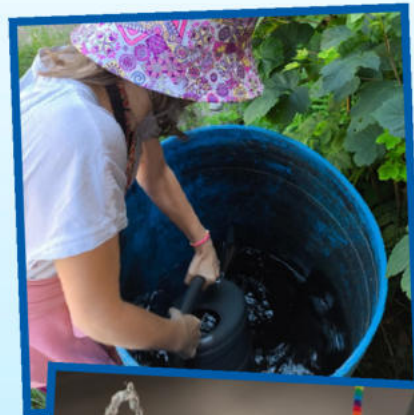
WASSER -der unsichtbare Held auf unserem Teller

2025

Die diesjährigen Ernährungswochen setzten das Thema **WASSER** -der unsichtbare Held auf unserem Teller in den Fokus. Das Projekt „Green Spoons“ von Slow Food Deutschland unterstützte dabei die Stiphtung Christoph Sonntag als Kooperationspartner mit gezielten, auf die Ernährungswoche abgestimmten Inhalten, welche die gesamte Projektwoche durchzogen und einen thematischen roten Faden bildeten.

Green Spoons vermittelt anschaulich den Zusammenhang zwischen Ernährung, biologischer Vielfalt und Bodengesundheit. In ihrer Lebenswelt Smartphone abgeholt, widmen sich die Schüler*innen Fragen wie „Wie viel Wasser steckt in unseren Lebensmitteln?“, „Welche Rolle spielt es in der Landwirtschaft?“ und „Wie beeinflusst unser Konsum den globalen Wasserfußabdruck?“. Die Schüler*innen erleben, wie wertvoll und gleichzeitig bedroht diese Ressource ist – und wie jeder Beitrag zählt. Für die Ernährungswochen wurden „Wochenkompass“ entwickelt – Begleithefte, welche die Kinder während der Woche bearbeiteten und die sie am Ende mit nach Hause nehmen konnten. Die Kompass enthielten QR-Codes, die zur Projektwebseite von Green Spoons führten. Dort fanden die Jugendlichen jederzeit weiterführende Informationen, Experimente, Rezepte, Podcasts, Videos und Quizze, um das Thema interaktiv und abwechslungsreich zu vertiefen.

Zur Projektwebseite:
<https://greenspoons.slowfood.de>



Slow Food®
Deutschland



Green Spoons



leben.natur.vielfalt
das Bundesprogramm

TAG 1 : VORBEREITUNG/EINFÜHRUNG

Die Klassenlehrerin / der Klassenlehrer bereitete die Schulklasse inhaltlich auf die bevorstehenden Projektstage vor. Dabei wurden zum Beispiel die unterschiedlichen Orte (Bauernhof, Theater, Restaurant) mit ihren Besonderheiten und Merkmalen sowie die jeweils angepasste Kleidung besprochen. Zur Vorbereitung auf die Thematik „Wasser- der unsichtbare Held auf unseren Tellern“ wurden den Lehrkräften Materialien zur Verfügung gestellt.



EXPERIMENT: BEWÄSSERUNG-SYSTEM

An Tag 1 führten die Schüler*innen ein Experiment zur automatischen Pflanzenbewässerung durch. Aus einer Plastikflasche, einem Faden und einer kleinen Schraube bauten sie ein einfaches System, mit dem sich die Pflanze selbstständig mit Wasser versorgt. Über mehrere Tage beobachteten sie, wie gut das funktionierte, und verglichen den Wasserverbrauch mit einer regelmäßig gegossenen Pflanze. Spoiler: Es macht einen Unterschied, ob sich eine Pflanze ihr Wasser selbst zieht – und damit nur so viel nutzt, wie sie wirklich braucht – oder ob sie pauschal gegossen wird.



BRAINSTORMING & GRUPPENARBEIT

In Kleingruppen von 4-5 Personen schätzten die Schüler*innen, aus welchen Ländern verschiedene Lebensmittel stammen, wie lange sie zum Wachsen brauchen und wie viel Wasser in ihnen steckt. Anschließend ordneten sie kleine Lebensmittelbilder den vermuteten Herkunftsländern zu. Danach wurden die tatsächlichen Ursprungsorte gemeinsam besprochen und die Ergebnisse korrigiert. Ziel der Übung war es, ein Bewusstsein dafür zu schaffen, woher unsere Lebensmittel im Supermarkt kommen, Aufwand und wie viele Ressourcen hinter ihrer Produktion und ihrem Transport stecken – ein erster bewusster Blick darauf, wie vernetzt und global unsere Ernährung ist.



GRÜNES VS. BLAUES WASSER

Im Video werden die Begriffe „grünes“ (natürlich anfallendes Wasser, wie Regen) und „blaues“ Wasser (künstliche Bewässerung von Lebensmitteln mit Wasser aus z. B. Seen, Flüssen oder dem Grundwasser) erklärt. Das Verständnis der beiden Begriffe ist essenziell für die weiteren Inhalte der Woche.





TAG 2 : HOFBESUCH

"VOM FELD UND STALL IN DIE KÜCHE"

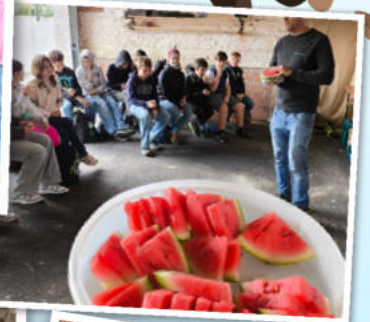
Auf dem Hof hatten die Schüler*innen die Gelegenheit, zusammen mit einem heimischen Biobauern die Abläufe eines biologischen Landwirtschaftsbetriebs hautnah zu erkunden. Sie erfuhren, wie Lebensmittel vom Feld bis auf den Teller gelangen und welcher Aufwand sowie welche Zeit in ihrer Herstellung stecken. Ziel war es, die Wertschätzung für Lebensmittel zu fördern und ein tieferes Verständnis für die Bedeutung von Bio-Produkten zu vermitteln. Für eine maximale Praxisnähe wurden vorwiegend Betriebe ausgewählt, die zum offiziellen Netzwerk der Lernort-Bauernhof-Betriebe (LoB) des Landes Baden-Württemberg gehören.

Die Schüler*innen tauchten in die Welt der nachhaltigen Landwirtschaft ein und lernten, warum der verantwortungsvolle Umgang mit natürlichen Ressourcen so wichtig ist. Dabei setzten sie ihr zuvor erworbenes Wissen über Wasser direkt in die Praxis um: Sie erfuhren, wie viel Wasser Kühe täglich trinken, lernten verschiedene Bewässerungssysteme kennen, führten ein Wasserversickerungsexperiment durch und entdeckten natürliche Wasserspeicher wie Zisternen und Regenwassernutzung. So verstanden sie, wie ressourcenschonende Landwirtschaft funktioniert und welchen Einfluss Wasser auf das Wachstum und die Qualität unserer Lebensmittel hat.

Was steckt eigentlich hinter dem Begriff „Bio“ auf Verpackungen im Supermarkt? Diese Frage wurde hier praktisch beantwortet. Die Schüler*innen lernten zum Beispiel alles rund um die Kartoffel oder entdeckten verborgene Kräuterwelten im Dialog mit der/dem Landwirt*in. Sie warfen einen Blick auf die verschiedenen Bereiche des Hofguts, packten aktiv mit an und gewannen so einen naturnahen Einblick in die Abläufe eines Bauernhofs. Die Vielfalt regionaler Produkte spielte dabei eine zentrale Rolle und wurde an diesem Projekttag greifbar – ein Tag, der Naturverbundenheit und Wertschätzung für die Arbeit der Landwirt*innen nachhaltig stärkt.









TAG 3 : SCHULKUCHEN

"KINDER AM KOCHTOPF"

Unter der Anleitung eines Bio-Kochs, einer Bio-Köchin oder eines/einer Ernährungsberater*in bereiteten die Schüler*innen gemeinsam ein gesundes Mittagessen zu. Die dafür benötigten Zutaten hatten sie am Vortag auf dem besuchten Hof selbst „eingekauft“, gesammelt oder geerntet und kannten sie daher bereits gut.

Beim Kochen mit Hülsenfrüchten – wie der regionalen Alb-Linse – sowie mit regionalen und saisonalen Lebensmitteln entdeckten die Kinder die Vielseitigkeit und das Potenzial der regionalen Zutaten, die sie zuvor theoretisch besprochen hatten.

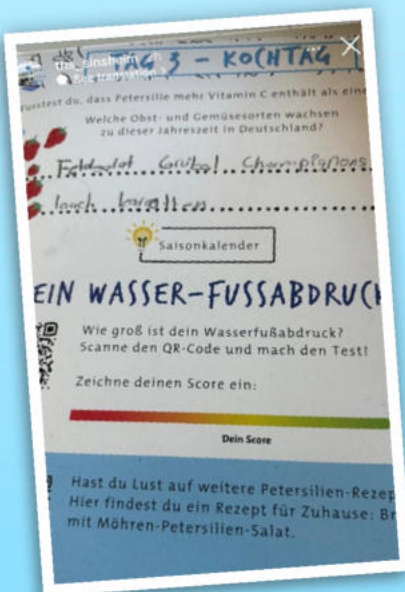
Gleichzeitig lernten und übten sie, wie sich beim Kochen und Abwaschen Wasser sparen lässt. So wurde das erlernte Wissen auf praktische Weise vertieft und erlebbar gemacht: Die Kinder erfuhren, wie gut nachhaltig angebaute, regionale Lebensmittel schmecken – und dass sie zugleich einen Beitrag zu Biodiversität und Ressourcenschonung leisten.

Zu Beginn erhielt jeder Schülerin einen eigenen Taschen-Saisonkalender als Geschenk. Gemeinsam wurde darüber gesprochen, warum es sinnvoll ist, saisonal und regional einzukaufen: Wer auf Produkte achtet, die gerade in der Region wachsen, schützt nicht nur die Umwelt, sondern spart auch Ressourcen und vermeidet lange Transportwege. Der große Saisonkalender wurde im Klassenzimmer aufgehängt – seine Bedeutung wird im Laufe der Woche noch weiter vertieft.

Im Anschluss scannten die Schüler*innen den QR-Code in ihrem Wochenkompass und erfuhren mithilfe eines kurzen Tests, wie groß ihr persönlicher Wasserfußabdruck ist. Die Ergebnisse wurden in den Kompass eingetragen und gemeinsam besprochen: Wie schneiden wir ab? Wo können wir im Alltag Wasser sparen? Und an welcher Stelle fällt es am leichtesten, etwas zu verändern?

Zum Abschluss blickten die Gruppen noch einmal auf den Saisonkalender – ein erster Schritt, um bewusster zu konsumieren und Zusammenhänge zwischen Ernährung, Umwelt und Ressourcenschonung zu erkennen.

Jeder Schülerin erhielt eine eigene Kochschürze, die anschließend mit nach Hause genommen werden durfte. So sollen die Kinder auch im Alltag motiviert werden, selbst am Herd aktiv zu werden und das Gelernte zuhause auszuprobieren.



IN DER CARL-HEINRICH-KNORR-EXPERIMENTIERKÜCHE

Unter der Anleitung der Pädagoginnen der experimenta bereiteten die Schüler*innen der teilnehmenden Klassen der fünf Experimenta-Wochen in der Experimentierküche gemeinsam ein gesundes Mittagessen zu. Die dafür benötigten Zutaten hatten sie bereits am Vortag auf einem besuchten Bauernhof selbst „eingekauft“, gesammelt oder geerntet – viele Lebensmittel waren ihnen daher schon gut vertraut.

Nach einer Einführung zum sicheren Arbeiten in der Küche machten sich die Schüler*innen daran, ein vegetarisches Menü zuzubereiten. In Teams übernahmen sie jeweils einen Teil des Menüs: Suppe, Hauptgang oder Dessert. Jede Gruppe war dabei eigenverantwortlich für die Organisation ihres Arbeitsplatzes und das Gelingen ihres Gerichts zuständig. Anschließend deckten alle gemeinsam den Tisch und verzierten ihn mit selbst gebastelten Serviettendekorationen. Nacheinander servierten die Teams ihre zubereiteten Gänge, bevor alle gemeinsam das leckere Menü genießen konnten.

Während des Kochens lernten und übten die Schüler*innen außerdem, wie sich beim Zubereiten und Abwaschen Wasser sparen lässt. Das zuvor erarbeitete Wissen wurde auf praktische Weise vertieft und unmittelbar erfahrbar: Die Kinder entdeckten, wie gut nachhaltig angebaute, regionale und saisonale Lebensmittel schmecken – und dass sie mit einem bewussten Umgang mit Ressourcen aktiv zu Biodiversität und Umweltschutz beitragen können. Der direkte Umgang mit den Lebensmitteln, die sie zuvor im Unterricht theoretisch kennengelernt hatten, sorgte für viele Aha-Momente.

Zu Beginn erhielt jedes Kind einen eigenen Taschen-Saisonkalender als Geschenk. Gemeinsam wurde darüber gesprochen, warum es sinnvoll ist, saisonal und regional einzukaufen: Wer Produkte nutzt, die gerade in der Region wachsen, schützt nicht nur die Umwelt, sondern spart auch Ressourcen und vermeidet lange Transportwege. Ein großer Saisonkalender wurde zudem im Klassenzimmer aufgehängt, dessen Bedeutung im weiteren Wochenverlauf noch vertieft wird.

Anschließend scannten die Schüler*innen den QR-Code in ihrem Wochenkompass und erfuhren mithilfe eines kurzen Tests, wie groß ihr persönlicher Wasserfußabdruck ist. Die Ergebnisse wurden eingetragen und gemeinsam besprochen: Wie schneiden wir ab? Wo können wir im Alltag Wasser sparen? Und wo fällt es am leichtesten, etwas zu verändern? Zum Abschluss blickten die Gruppen noch einmal auf den Saisonkalender – ein erster Schritt zu einem bewussteren Konsumverhalten und einem besseren Verständnis für Zusammenhänge zwischen Ernährung, Umwelt und Ressourcenschonung.

Jede*r Schüler*in erhielt eine eigene Kochschürze, die anschließend mit nach Hause genommen werden durfte. So sollen die Kinder auch im Alltag motiviert werden, selbst am Herd aktiv zu werden und das Gelernte zuhause auszuprobieren.







Gut gestärkt ließen die Schüler*innen den erlebnisreichen Tag schließlich in der interaktiven Ausstellung und im Science Dome der experimenta ausklingen.



"ETIKETTE & TISCHKULTUR"

TAG 4 : KNIGGEKURS

Die Projektstage zum Thema „Knigge“ begannen mit einer Einführung in die Grundlagen der Tischkultur und der guten Umgangsformen, geleitet von unserer erfahrenen Knigge-Trainerin Marina Martin. Die Schüler*innen erfuhren, wie man einen Tisch festlich eindeckt, wie bei einer Tafel korrekt serviert wird und welche Benimmregeln am Tisch gelten. All das konnten sie anschließend praktisch bei einem köstlichen Drei-Gänge-Menü ausprobieren. Ziel des Tages war es, die

wichtigsten Benimmregeln nach Knigge kennenzulernen – von der richtigen Nutzung des Bestecks über das korrekte Verhalten am gedeckten Tisch bis hin zu höflichem und respektvollem Auftreten beim Essen. In einem praxisnahen Workshop setzten die Schüler*innen das Gelernte direkt um und erhielten die Gelegenheit, sich an diesem besonderen Tag schick zu kleiden und in die Rolle eines festlichen Gastmehls einzutauchen.



Für Schulen, die eine weite Anreise zum Theaterkeller in Bad Cannstatt gehabt hätten, kam das Kniggekursteam direkt in die Klassenzimmer – und verwandelte diese für einen Tag in ein festliches Restaurant. Mit viel Liebe zum Detail wurde aus dem gewohnten Schulraum ein außergewöhnlicher Lernort: Tische wurden elegant eingedeckt, Stoffservietten gefaltet, Gläser und Geschirr sorgfältig arrangiert.

Die Schülerinnen und Schüler staunten nicht schlecht über diese ungewohnte Atmosphäre – ihre Schule hatten sie noch nie so erlebt. Das gesamte Material brachte das Stipftungsteam mit: Vom Besteck über Geschirr und Dekoration bis hin zu den Speisen. So konnten auch Schulen mit größerer Entfernung vollwertig am Kniggekurs teilnehmen.

Durch dieses mobile Format entstand ein ebenso wertschätzendes wie praxisnahes Lernumfeld, das den Kindern eindrücklich vermittelte, wie Tischkultur, Respekt und gemeinsames Essen zu einem bewussten Umgang miteinander beitragen.





In einem anschließenden, interaktiven Kurzvortrag beleuchteten Ernährungsexpertinnen verschiedene spannende Themen: Fleischlose Ernährungsformen, Tipps für den Einkauf tierischer Produkte im Supermarkt sowie um die Bedeutung verschiedener

Tierwohl- und Biosiegel. Passend zum diesjährigen Schwerpunktthema „Wasser“ wurde außerdem die Grundlage jeder gesunden Ernährung in den Fokus gerückt: Das Trinken.

Wie viel Wasser braucht der Körper täglich? Welche Funktionen erfüllt es im Organismus?

Diese Fragen wurden anschaulich, leicht verständlich, interaktiv und mit vielen alltagstauglichen Beispielen erläutert.

Die Schüler*innen erfuhren dabei nicht nur Wissenswertes über ausgewogene Ernährung, sondern setzten sich auch mit den ökologischen und ethischen Aspekten unseres Konsumverhaltens auseinander.

Gemeinsam mit den Expertinnen beleuchteten sie kritisch die Auswirkungen der heutigen Fleisch- und Milchproduktion auf Umwelt und Klima – was zu lebhaften Diskussionen und spannenden Denkanstößen führte.



Den Abschluss des Tages bildete der humorvolle Auftritt des Kabarettisten Christoph Sonntag. Er erzählte auf seine unverwechselbare Art die Entstehungsgeschichte der Ernährungswochen und verdeutlichte den Schüler*innen unterhaltsam die Bedeutung einer ausgewogenen Ernährung und guter Umgangsformen. In einer amüsanten Anekdote hob er zudem das Privileg hervor, in einer Demokratie zu leben, und zeigte den Schüler*innen, wie man eine unterhaltsame Tischrede formuliert. Der Tag bot eine abwechslungsreiche Mischung aus Wissensvermittlung, praktischen Übungen und humorvollen Einblicken und wird den Schüler*innen sicher noch lange in Erinnerung bleiben.





Zum Abschluss der Projektwoche erhielten die Schüler*innen eine Aufgabe zur Reflexion der vermittelten Inhalte.

TAG 5 : REFLEXION

Anhand bereitgestellter Aufgaben und Leitfragen sollten sie Plakate, Gedichte, Erlebnisberichte, Bilder, Videos oder ähnliches gestalten, welche in den Schulen ausgehängt werden können. Diese sollen als Wissenstransfer für die anderen Klassen dienen. Bei der Gestaltung waren der Kreativität keine Grenzen gesetzt, die Klassen entschieden selbst, wie sie diese Aufgabe umsetzen möchten.

Spannende Projektwoche für die Werkrealschulklassen 6

An der Hirschbergschule in Ludwigsburg-Eglosheim fand für die Klassenstufe 6 der Werkrealschule eine tolle und spannende Projektwoche statt. Vom 19.05 bis 23.05 beschäftigten sich die Kinder rund um das Thema „Wasser – der unsichtbare Held auf unserem Teller“. Dabei handelte es sich um ein Projekt der *Stiftung Christoph Sonntag* in Kooperation mit *Green Spoons* im Auftrag der *Experimenta Heilbronn*.

Während der Woche fanden die Schüler und Schülerinnen heraus, welche Menge an Wasser bei der Herstellung von Lebensmitteln wie Obst oder Gemüse, Fleisch oder Käse benötigt wird. Die Lerngruppen beschäftigten sich mit dem Problem des Wassermangels weltweit, lernten wasserfreundliche Gießmöglichkeiten, schonende Anbaumaßnahmen sowie die Vorteile von saisonalen und regionalen Lebensmitteln kennen. Zudem erarbeiteten sie sich mit Hilfe einer Weltkarte eine Übersicht, woher die Produkte im Supermarkt überhaupt alle kommen und wie über den Einkauf einheimischer und gerade wachsender Lebensmittel nicht nur Wasser sondern auch die Umwelt geschützt werden kann.

Um diese Lerneinhalte zu vertiefen und alltagsnah verständlich zu machen, fanden im Rahmen der Projektwoche ergänzende Ausflüge statt. Dabei besuchten die Kinder den Bauernhof der Familie Dobler in Ludwigsburg-Pflugfelden. Hier konnten sie mit eigenen Augen sehen, wie Lebensmittel regional und saisonal hergestellt werden. Welche Aufgabenbereiche es auf dem Bauernhof gibt und welche Rolle dabei das Wasser spielt. Außerdem ging es zur Experimenta Heilbronn. Hier durften die Schüler und Schülerinnen gemeinsam ein leckeres und gesundes Essen mit Vorspeise, Hauptgang und Nachtisch kochen. Benutzt wurden dabei Lebensmittel die im Moment bei uns in Deutschland angebaut und geerntet werden können. Im Anschluss durfte noch die Experimenta Heilbronn besucht werden. Und schließlich wurden die Klassen 6 noch zu Christoph Sonntag persönlich eingeladen, bekamen dort einen Kniggekurs über das gute Verhalten bei Tisch sowie viele weitere wertvolle Informationen zum Wasserbedarf des menschlichen Körpers.

Für die Schüler und Schülerinnen war es eine erlebnisreiche, lehrreiche und schöne Woche voller interessanter und wertvoller Informationen.

Bericht der Hirschbergschule Ludwigsburg



Im Rahmen des Projekts wurden auch die Eltern aktiv einbezogen. Am letzten Projekttag erhielten die Familien zahlreiche alltagsnahe Tipps für einen nachhaltigen Konsum und wurden dazu angeregt, gemeinsam zu entdecken, wie sich bereits mit kleinen Veränderungen im Alltag Ressourcen schonen und umweltbewusste Entscheidungen treffen lassen.

Die STIFTUNG CHRISTOPH SONNTAG GmbH ist eine gemeinnützige Organisation, die sich in den Bereichen **UMWELT KULTUR BILDUNG SOZIALES** engagiert. Christoph Sonntag und seine Mitarbeitenden setzen sich dabei gemeinsam für den Schutz der Natur und das Wohlergehen unserer Mitmenschen ein. Insbesondere Kindern und Jugendlichen konnten bereits durch die zahlreichen wunderbaren Projekte Freude bereitet und Unterstützung geboten werden.

Unsere "Stiftung" hat leider kein Millionenvermögen, das am Geldmarkt Treibstoff für die gute Arbeit erwirtschaftet. Sie ist auf viele wundervolle Unterstützer angewiesen, die Geld spenden. Das Personal und die Projekte der STIFTUNG CHRISTOPH SONNTAG werden allein über Projektsporing und Spenden finanziert.

**STIFTUNG
CHRISTOPH
SONNTAG**



experimenta
Das Science Center

ERNÄHRUNGSWOCHEN

JUNI 2025

Im Rahmen der **Ernährungswochen**, gefördert von der experimenta Heilbronn, veranstaltet die STIFTUNG für die 6. Klasse der Hirschbergschule eine kostenlose Projektwoche rund um das Thema gesunde, regionale Ernährung und Tischkultur.



**WAS MACHEN
MACHT WAS!**

STIFTUNG.TV

Anzeige im Schulplaner der Hirschbergschule Ludwigsburg

Die Klasse der Hirschbergschule Ludwigsburg hat gemeinsam Arbeitsblätter erstellt und das erlernte Wissen darin zusammengefasst. Als Wissenstransfer werden diese Materialien auch in anderen Klassen eingesetzt.

Der Wasserverbrauch bei Lebensmitteln aus anderen Ländern

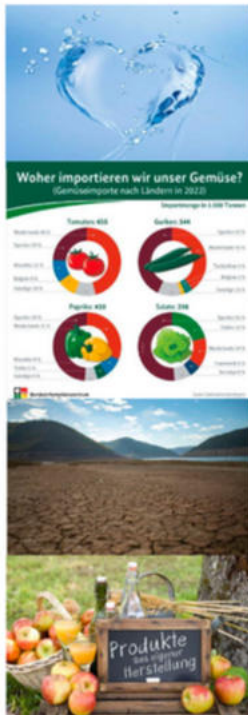
Wasser ist sehr wichtig. Ohne Wasser können Pflanzen nicht wachsen. Auch Tiere und Menschen brauchen Wasser zum Leben. Doch Wasser ist nicht überall auf der Welt in gleicher Menge vorhanden. Das hängt nämlich von den Temperaturen und der Menge des Regens ab. Und das ist von Land zu Land sehr unterschiedlich.

Viele Lebensmittel, die wir in Deutschland essen, kommen aus anderen Ländern. Zum Beispiel Obst und Gemüse wie Erdbeeren, Tomaten oder Gurken. Auch Kaffee, Reis und Bananen werden aus dem Ausland zu uns gebracht. Deutschland kauft viele dieser Lebensmittel in Ländern wie Spanien, Marokko oder Brasilien ein. Das nennt man „Import“. Diese Länder verkaufen ihre Produkte an Deutschland.

Aber das hat Folgen. In Spanien und Marokko ist es oft sehr heiß und trocken. Dort regnet es nicht so viel wie bei uns. Trotzdem wird dort viel Wasser gebraucht, um die Pflanzen zu gießen. Für eine Tomate braucht man dort zum Beispiel über 10 Liter Wasser. In Deutschland benötigt man nur etwa 4-5 Liter pro Tomate. Für eine Avocado braucht man in Spanien und Marokko sogar bis zu 300 Liter. Weil es wenig regnet, nimmt man Wasser aus Flüssen oder Seen zum Gießen. Wenn zu viel Wasser für den Anbau genutzt wird, bleibt nicht mehr genug für die Menschen und Tiere vor Ort. Flüsse trocknen aus und das Land wird schlechter. Das nennt man Wassermangel.

Das ist schlecht für die Umwelt und für die Menschen, die dort leben. Deshalb sollten wir in Deutschland überlegen, was wir kaufen und essen. Es hilft, wenn wir Produkte essen, die gerade bei uns wachsen. Diese nennt man „saisonal“. Zum Beispiel Erdbeeren im Sommer oder Äpfel im Herbst. Auch „regional“ einkaufen ist gut. Das bedeutet, dass die Produkte aus der Nähe kommen, also aus Deutschland oder sogar aus deiner Region.

Wenn wir mehr saisonale und regionale Lebensmittel essen, verbrauchen wir weniger Wasser aus anderen Ländern. Das schützt die Natur und hilft den Menschen dort. Und oft schmecken frische Lebensmittel aus der Nähe sogar besser. So können wir gemeinsam etwas Gutes tun – für uns und für die Welt.



- 1.) Erkläre weshalb Wasser so wichtig für uns ist.
- 2.) Nenne fünf Lebensmittel, die wir aus dem Ausland importieren.
- 3.) Beschreibe die schlechten Folgen, die das im Ausland haben können.
- 4.) Stelle dar, wie wir durch unser Ess- und Kaufverhalten Wasser sparen können.

Saisonale Lebensmittel – gut für uns und die Umwelt

Saisonale Lebensmittel sind Obst und Gemüse, die nur zu bestimmten Zeiten im Jahr wachsen. Das heißt zum Beispiel, dass es Erdbeeren im Sommer gibt, Kürbisse im Herbst und Grünkohl im Winter. Wenn wir Lebensmittel in der Jahreszeit essen, in der sie auch bei uns wachsen, nennt man das „saisonal essen“. Diese Lebensmittel wachsen direkt bei uns. Sie müssen nicht weit transportiert oder im Gewächshaus gezüchtet werden.

Saisonales Essen hilft der Umwelt. Denn wenn Gemüse und Obst gerade bei uns reif sind, braucht man keine Flugzeuge oder große Laster, um sie aus anderen Ländern zu bringen. Das spart viel Energie und Benzin. Auch Gewächshäuser sind nicht nötig. Dadurch wird Strom gespart, den man sonst zum Heizen der Gewächshäuser braucht. So wird weniger CO₂ in die Luft gepustet. Saisonales Essen hilft aber auch uns. Denn solche Lebensmittel sind besonders frisch. Sie haben noch sehr viele Vitamine und gute Ballaststoffe gespeichert. Diese nehmen wir beim Essen auf, was unserem Körper gut tut.

In Deutschland wachsen je nach Jahreszeit verschiedene Lebensmittel. Im Frühling gibt es Spargel, Radieschen und Rhabarber. Im Sommer wachsen Tomaten, Zucchini, Gurken, Beeren und vieles mehr. Im Herbst ist Zeit für Äpfel, Kürbisse, Trauben und Kartoffeln. Und im Winter gibt es Kohl, Lauch und Feldsalat. Manche Sachen, wie Äpfel oder Möhren, kann man auch lagern und später essen. So gibt es das ganze Jahr über etwas Frisches aus der Region.

Saisonales Essen ist auch wichtig für das Wasser auf der Erde. Wenn wir im Winter Erdbeeren aus heißen Ländern essen, brauchen diese sehr viel Wasser zum Wachsen. In vielen dieser Länder ist Wasser aber knapp. Wenn dort viel Wasser für unsere Erdbeeren verbraucht wird, fehlt es den Menschen und Tieren vor Ort. Essen wir dagegen, was bei uns gerade wächst, sparen wir Wasser – vor allem in anderen Teilen der Welt.

Wenn wir saisonal essen, tun wir also etwas Gutes: für die Umwelt, für das Klima, für andere Menschen – und für uns selbst. Denn frisches Gemüse und Obst aus der Region schmecken besonders lecker!



- 1.) Erkläre was „Saisonale Lebensmittel“ sind.
- 2.) Beschreibe Vorteile von „Saisonaalem Essen“.
- 3.) Nenne pro Jahreszeit 2 saisonale Lebensmittel in Deutschland.
- 4.) Stelle dar, wie wir mit saisonalen Lebensmitteln auch Wasser sparen können.

Lebensmittel direkt vom Bauernhof – gut für Mensch und Natur

Ein Bauernhof ist ein Ort, an dem Menschen Tiere halten und Pflanzen anbauen. Auf einem Bauernhof arbeiten Bäuerinnen und Bauern. Sie kümmern sich um die Felder, füttern die Tiere und ernten das Obst und Gemüse. Dort wachsen zum Beispiel Kartoffeln, Karotten oder Salat. Es gibt auch Höfe mit Kühen, Hühnern oder Schweinen. Von diesen Tieren bekommen wir Milch, Eier, Fleisch und Wolle.

Auf einem Bauernhof entstehen also viele verschiedene Lebensmittel. Außerdem stellt ein Bauernhof Dinge her, die wir für weitere Lebensmittel brauchen. Aus Weizen und Getreide wird zum Beispiel Mehl. Das Mehl brauchen wir am Ende für Brot oder Brötchen. Der Beruf eines Bauern ist dadurch sehr wichtig für uns alle. Denn ohne den Bauern, hätten wir am Ende nichts zu essen.

Damit all diese Lebensmittel wachsen können, braucht man Wasser. Pflanzen müssen gegossen werden, besonders im Sommer. Tiere trinken viel Wasser und brauchen saubere Ställe. Auch bei der Herstellung von Milch, Joghurt oder Käse wird Wasser verbraucht. Es ist also wichtig, bewusst zu essen und Lebensmittel nicht zu verschwenden.

Wenn wir unsere Lebensmittel vom Bauern kaufen, helfen wir der Umwelt. Manche Höfe verkaufen ihre Produkte direkt. Sie haben Automaten oder Verkaufsstände auf ihrem Hof. Oder sie liefern ihre Waren an Supermärkte in der Nähe. Das schont die Umwelt, weil die Transportwege kürzer sind und weniger Abgase entstehen. Die Produkte müssen nicht mit dem Flugzeug oder großen LKWs weit gefahren werden. Außerdem sind die Lebensmittel dann noch frischer, gesünder und leckerer. Auch Verpackungen aus Plastik sind oft nicht nötig, weil man vieles los kaufen kann. So entsteht weniger Müll. Bauern in der Nähe wissen zudem gut, wie sie mit Wasser sparsam umgehen können. Oft können sie mit Regenwasser den größten Teil ihres Hofes mit Wasser versorgen. In heißeren und regenärmeren Ländern wie Spanien oder Marokko ist das anders. Wer Lebensmittel vom Bauern einkauft, unterstützt also Menschen, die unsere Natur kennen und schützen. Und Lebensmittel direkt vom Bauernhof sind frisch, lecker und gut für die Umwelt. Wenn wir regional und bewusst einkaufen, können wir Wasser sparen, Müll vermeiden und helfen, die Erde sauber zu halten. Das ist gut für uns alle!



- 1.) Erkläre was ein Bauernhof ist.
- 2.) Beschreibe warum Bauern für uns so wichtig sind.
- 3.) Nenne Bereiche, in denen auf dem Bauernhof Wasser gebraucht wird.
- 4.) Stelle dar, warum wir der Umwelt helfen, wenn wir Lebensmittel vom Bauern kaufen.

Genügend Trinken – Wundermittel Wasser

Wasser ist sehr wichtig für unseren Körper. Ohne Wasser könnten wir nicht leben. Deshalb sollten wir jeden Tag genug trinken. Kinder brauchen meistens etwa 1 bis 1,5 Liter Wasser am Tag. Das sind ungefähr 6 Gläser. Wenn es draußen heiß ist oder wir Sport machen, brauchen wir noch mehr. Auch wenn wir krank sind oder viel schwitzen, ist es wichtig, mehr zu trinken.

Wasser wirkt in vielen Bereichen unseres Körpers. Es hilft, dass unser Blut gut fließen kann. Es sorgt dafür, dass unser Gehirn gut arbeitet und wir uns konzentrieren können. Auch unsere Muskeln brauchen Wasser, damit wir uns bewegen können. Wenn wir zu wenig trinken, bekommen wir oft Kopfschmerzen oder werden müde. Manchmal merkt man gar nicht, dass man durstig ist – darum sollte man regelmäßig trinken, auch wenn man keinen Durst hat.

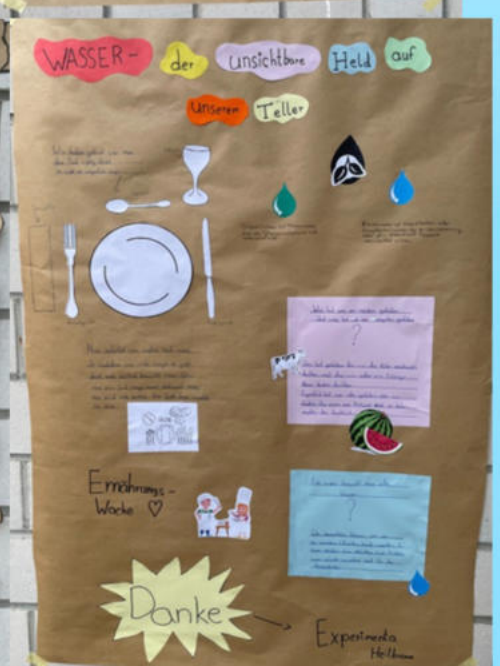
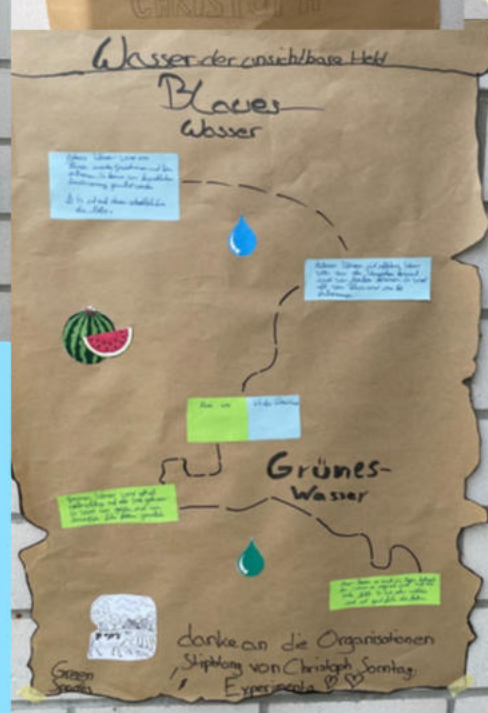
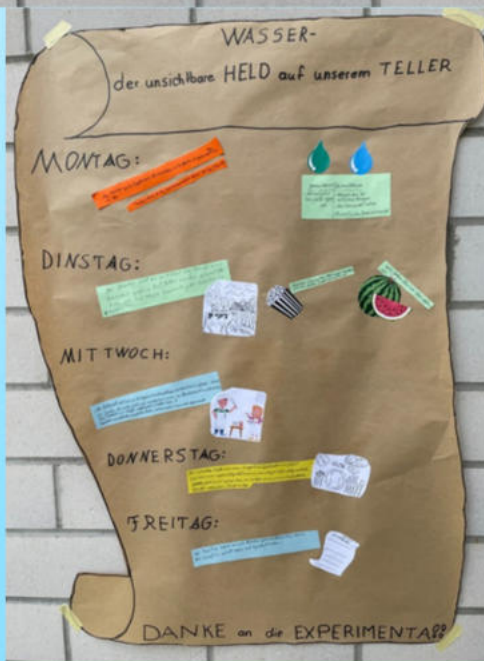
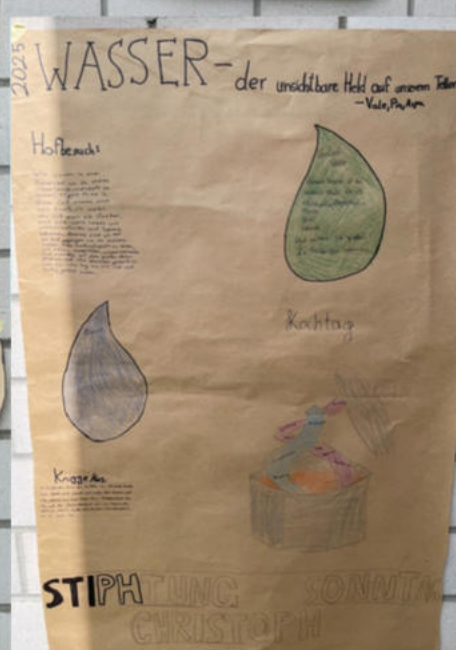
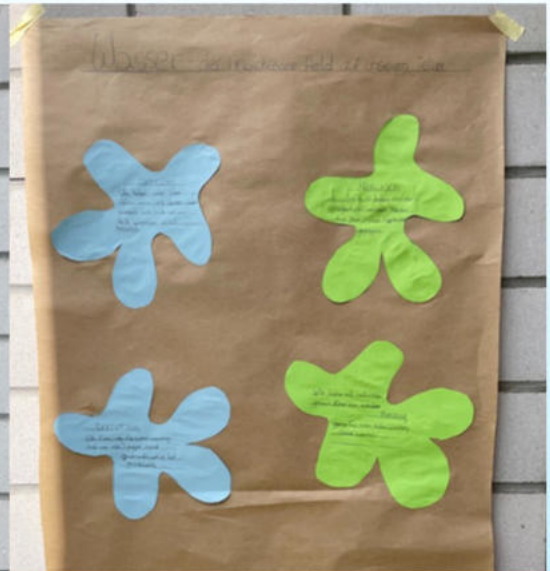
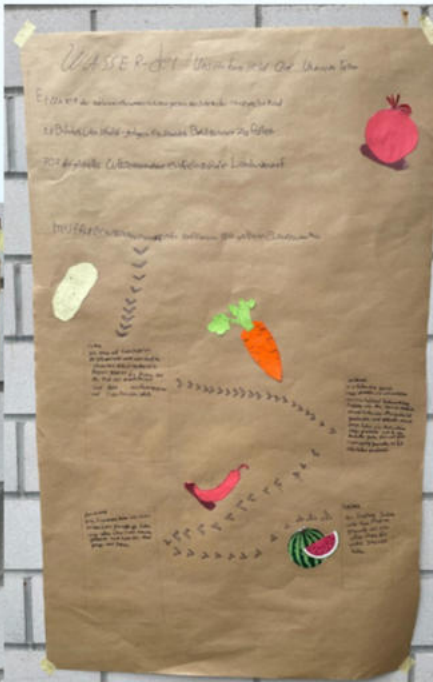
Wasser ist das beste Getränk. Es hat keine Zucker, keine Kalorien und keine Zusatzstoffe. Viele Limonaden oder Säfte enthalten sehr viel Zucker. Das ist schlecht für die Zähne und kann uns müde machen. Wasser löscht den Durst viel besser als süße Getränke. Man kann auch ungesüßten Tee oder Wasser mit einem Spritzer Zitrone trinken – das schmeckt und ist trotzdem gesund.

Wir nehmen Wasser nicht nur durch Trinken auf. Auch in unserem Essen steckt Wasser. In Obst und Gemüse ist besonders viel davon. Eine Gurke besteht fast nur aus Wasser. Auch eine Wassermelone oder eine Tomate liefern viel Flüssigkeit. Wenn wir also viel frisches Obst und Gemüse essen, hilft uns das auch beim Trinken. Trotzdem reicht das allein nicht – wir müssen zusätzlich Wasser trinken.

Wasser ist ein echtes Wundermittel. Es hält uns fit, gesund und wach. Wer regelmäßig Wasser trinkt, fühlt sich besser und kann sich gut konzentrieren. Also: Denk daran, immer wieder mal ein Glas Wasser zu trinken – dein Körper wird es dir danken!

- 1.) Erkläre wie viel wir am Tag trinken sollten und wovon das abhängt.
- 2.) Beschreibe warum Wasser für unseren Körper so wichtig ist.
- 3.) Nenne Gründe weshalb andere Getränke nicht so gut sind.
- 4.) Stelle dar, wie wir neben dem Trinken noch Wasser aufnehmen können.
- 5.) Begründe wieso Wasser ein echtes Wundermittel ist.



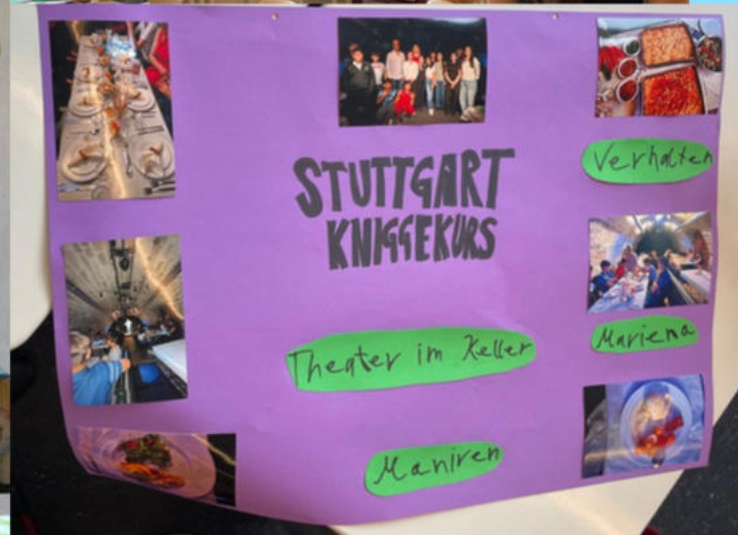
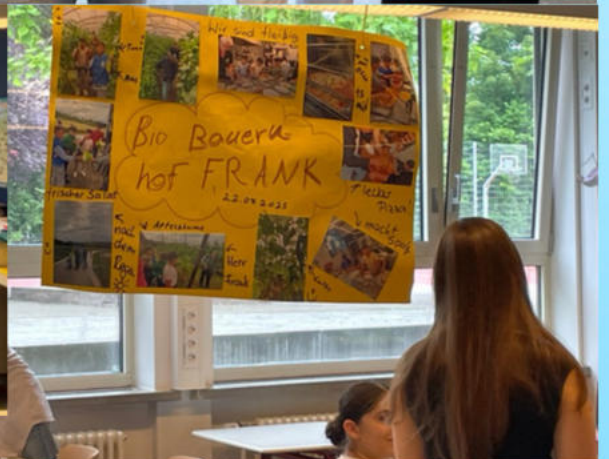
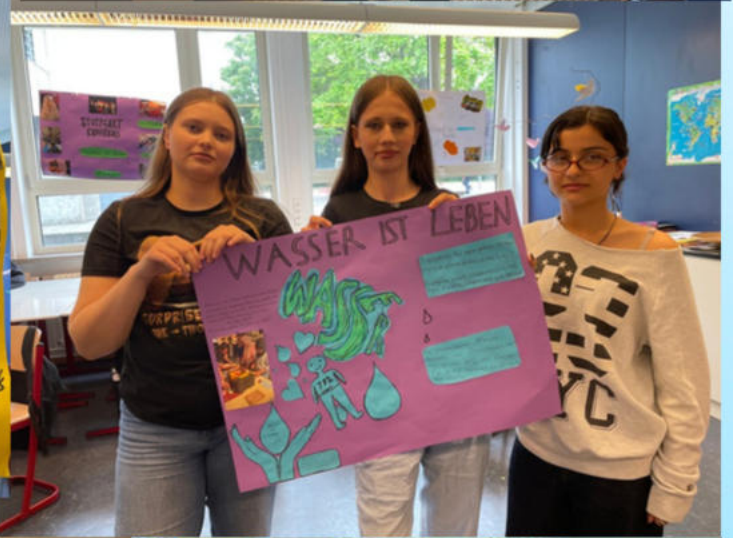
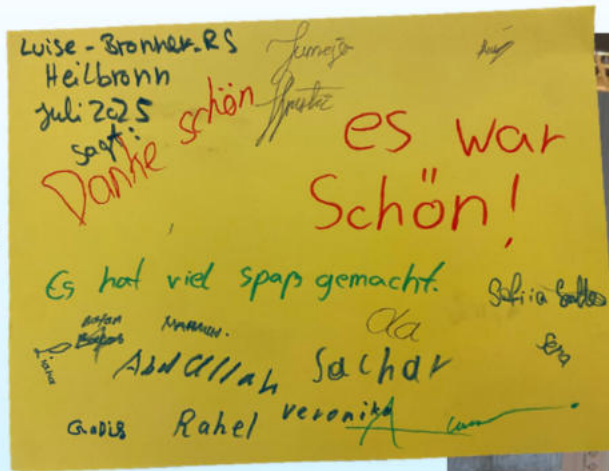


Reflexionsplakate der Maximilian-Lutz-Realschule Besigheim



Reflexionsplakate der
Maximilian-Lutz-Realschule
Besigheim

Die LBR Heilbronn hat ebenfalls tolle Reflexionsplakate entworfen, die als Wissenstransfer für andere Klassen in den Klassenzimmern aufgehängt wurden.



Liebes Stipftungsteam,

im Namen unserer Schüler und der Schule möchten wir uns ganz herzlich bei euch für die Ernährungswoche bedanken!

Dank eurer Unterstützung konnten unseren Schülerinnen und Schülern ganz besondere Ausflüge ermöglicht werden. Sie haben nicht nur viele schöne Erlebnisse gehabt, sondern in ganz unterschiedlichen Bereichen auch Neues gelernt, auf spielerische, spannende und praxisnahe Weise.

Während der gesamten Woche haben wir uns rundum sehr gut begleitet gefühlt. Alle Mitarbeitenden waren ausgesprochen freundlich, wertschätzend und sind in einem tollen, respektvollen Umgang auf unsere besonderen Schülerinnen und Schüler eingegangen. Sowohl der Besuch auf dem Bauernhof, der Aufenthalt in der Experimenta wie auch der Knigge-Kurs waren gut organisiert und strukturiert.

Diese abwechslungsreiche und bereichernde Woche wird uns und unseren Schülerinnen und Schülern noch lange in guter Erinnerung bleiben.

Dafür möchten wir euch mit einem kleinen Gruß aus Besigheim bedanken, Wein aus Besigheimer Steillagen und Honig von Bienen aus unserem Schulgarten.

Freundlich Grüßt das Lehrerteam der Schule am Steinhaus

Maria Kille Julia Walter

Dankesbriefe der SBBZ Besigheim
Schule am Steinhaus

Hallo Herr Sonntag die Experimenta
war Total cool
DON

flehen dank damit sie für uns
alles bezahlt flehen flehen dank für alles
Ich fand es toll im Reisebus
Die Experimenta Küche war
super. Es war schön auf dem
Bauernhof zu sein. Vielen danke das
du uns begleitet hast.
Dein Abdullah

Hallo lieber Sonntag
Ich will mich bedanken bei dir
denn du hast uns das Besteessen
und diese Tage ermöglicht hast
dafür sind wir sehr dankbar. Ich habe
sehr viel von euch gelernt.
Danke!!!
Was für ein netter
man

Ich fand es toll, im Reisebus zu
fahren. Das Essen war lecker.
Es war super Herr Sonntag zu treffen.

Lieber Elena
Lieber Herr Sonntag.

Ich danke ihr für diese Woche
und für Essen auch für Phant
für schöne auch

Und mit euch auch schön und glücklich
unheimlich das ich mir lernen

Deine Daria: Liebe Grüße

danke für die tolle Woche.

Die Experimenta war so cool.
Der Bauernhof war sehr toll,
war echt sehr schön.

Liebe Grüße
Deine HENRI

Liebe Elena,
Lieber Herr Sonntag,
Danke Elena das du
uns die ganze Woche
Bekleidet hast. Danke
Herr Sonntag für deine
Auftrieb. Danke für
die tolle Woche.
Deine Mathilda

a. T. a. b. Lin. die tolle Woche.

1. KZ

Julian

Das Essen war se

Die Experi

menta zu sehh.

Danke für die

Woche.

Es war super

Sonntag zu

treffen.

Herr

Die Woche war

in der sand.

Heil Sonntag

Nett.

Lieber Elenor
Lieber Herr
Sonntag,
Danke für die
tolle Woche

Dein Di. Vorne
maekids

danke für die tolle Woche und
ein langes Leben. Dein Christian

Elena es wart toll bei euch zu sein undes wargeil im Experimento undes war auch noch geil das wir nach in Bayernhof waren.

SHIRIN
STECKBRIEF

Mein Bild von der Projektwoche



Das habe ich gelernt:

TRAUBENSAFT

Das hat mir Spaß gemacht:

KOELEN ESSEN

STECKBRIEF

Mein Bild von der Ernährungswoche



Das war lecker:

spätzle

Das möchte ich nicht:

Kochen

Das habe ich gelernt:

Kochen

Das hat mir Spaß gemacht:

BUSTANHEN

STECKBRIEF

Mein Bild von der Ernährungswoche



Das war lecker:



Das möchte ich nicht:

Gupe

Das habe ich gelernt:

Immer mehr kochen

Das hat mir Spaß gemacht:

Kochen

STECKBRIEF

Mein Bild von der Ernährungswoche



Das war lecker:

Apfelkuchen

Das möchte ich nicht:

Grüne Gemüse Suppe

Das habe ich gelernt:


Zwiebelschnitten

Das hat mir Spaß gemacht:

Kochen

STECKBRIEF

Mein Bild von der Ernährungswoche



Das war lecker:


Kirsche

Das möchte ich nicht:

Der Döner


Das habe ich gelernt:

Getrocknete Nudeln




Das hat mir Spaß gemacht:

die Butter



STECKBRIEF Finja

Mein Bild von der Ernährungswoche



Das war lecker:

Gemüse Traubensaft

Das möchte ich nicht:

Brot

Das habe ich gelernt:

ich habe Gemüse gestrichen

Das hat mir Spaß gemacht:

Der Ausflug auf den Bauernhof

Musik

Die Schüler*innen der Schule am Favoritepark in Ludwigsburg haben mit viel Konzentration Steckbriefe über sich selbst und ihre Sicht auf die Erlebnisse während der Ernährungswoche erstellt.

Das will ich nicht vergessen:

Ich will nicht vergessen wie die Stille ist. Alles wie man sich heimisch und wie man am Tisch speist.

Mein schönstes Erlebnis:

Mein schönstes Erlebnis war in Stuttgart. Es gab gute und schlechte Sachen. Speisßen die Hauptspeise war am besten. Es gab Reis, Schinken und Spiedeisen. Am Freitag gab es Störchenessen.

Mein schönstes Erlebnis:

Mein schönstes Erlebnis war in Stuttgart. Es gab gute und schlechte Sachen. Speisßen die Hauptspeise war am besten. Es gab Reis, Schinken und Spiedeisen. Am Freitag gab es Störchenessen.

Mein schönstes Erlebnis:

Mein schönstes Erlebnis war in Stuttgart. Es gab gute und schlechte Sachen. Speisßen die Hauptspeise war am besten. Es gab Reis, Schinken und Spiedeisen. Am Freitag gab es Störchenessen.

Mein schönstes Erlebnis:

Mein schönstes Erlebnis war in Stuttgart. Es gab gute und schlechte Sachen. Speisßen die Hauptspeise war am besten. Es gab Reis, Schinken und Spiedeisen. Am Freitag gab es Störchenessen.

Mein schönstes Erlebnis:

Mein schönstes Erlebnis war in Stuttgart. Es gab gute und schlechte Sachen. Speisßen die Hauptspeise war am besten. Es gab Reis, Schinken und Spiedeisen. Am Freitag gab es Störchenessen.

Mein schönstes Erlebnis:

Mein schönstes Erlebnis war in Stuttgart. Es gab gute und schlechte Sachen. Speisßen die Hauptspeise war am besten. Es gab Reis, Schinken und Spiedeisen. Am Freitag gab es Störchenessen.

Mein schönstes Erlebnis:

Mein schönstes Erlebnis war in Stuttgart. Es gab gute und schlechte Sachen. Speisßen die Hauptspeise war am besten. Es gab Reis, Schinken und Spiedeisen. Am Freitag gab es Störchenessen.

Mein schönstes Erlebnis:

Mein schönstes Erlebnis war in Stuttgart. Es gab gute und schlechte Sachen. Speisßen die Hauptspeise war am besten. Es gab Reis, Schinken und Spiedeisen. Am Freitag gab es Störchenessen.

Mein schönstes Erlebnis:

Mein schönstes Erlebnis war in Stuttgart. Es gab gute und schlechte Sachen. Speisßen die Hauptspeise war am besten. Es gab Reis, Schinken und Spiedeisen. Am Freitag gab es Störchenessen.

Mein schönstes Erlebnis:

Mein schönstes Erlebnis war in Stuttgart. Es gab gute und schlechte Sachen. Speisßen die Hauptspeise war am besten. Es gab Reis, Schinken und Spiedeisen. Am Freitag gab es Störchenessen.

Mein schönstes Erlebnis:

Mein schönstes Erlebnis war in Stuttgart. Es gab gute und schlechte Sachen. Speisßen die Hauptspeise war am besten. Es gab Reis, Schinken und Spiedeisen. Am Freitag gab es Störchenessen.

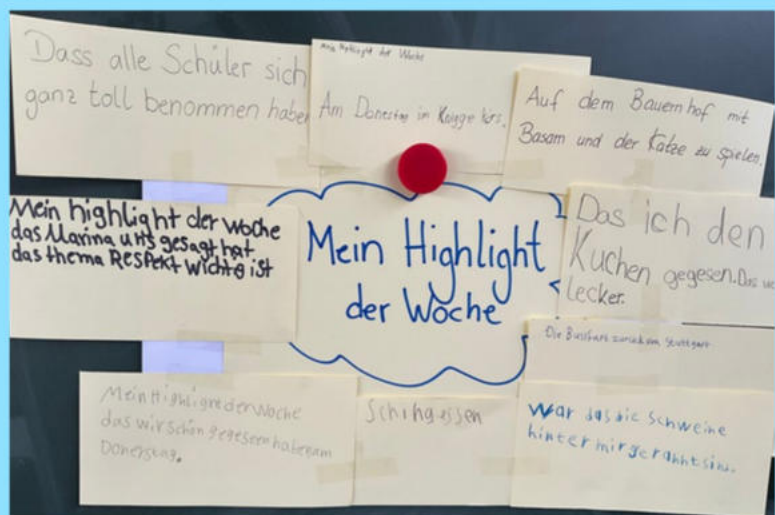
Mein schönstes Erlebnis:

Mein schönstes Erlebnis war in Stuttgart. Es gab gute und schlechte Sachen. Speisßen die Hauptspeise war am besten. Es gab Reis, Schinken und Spiedeisen. Am Freitag gab es Störchenessen.

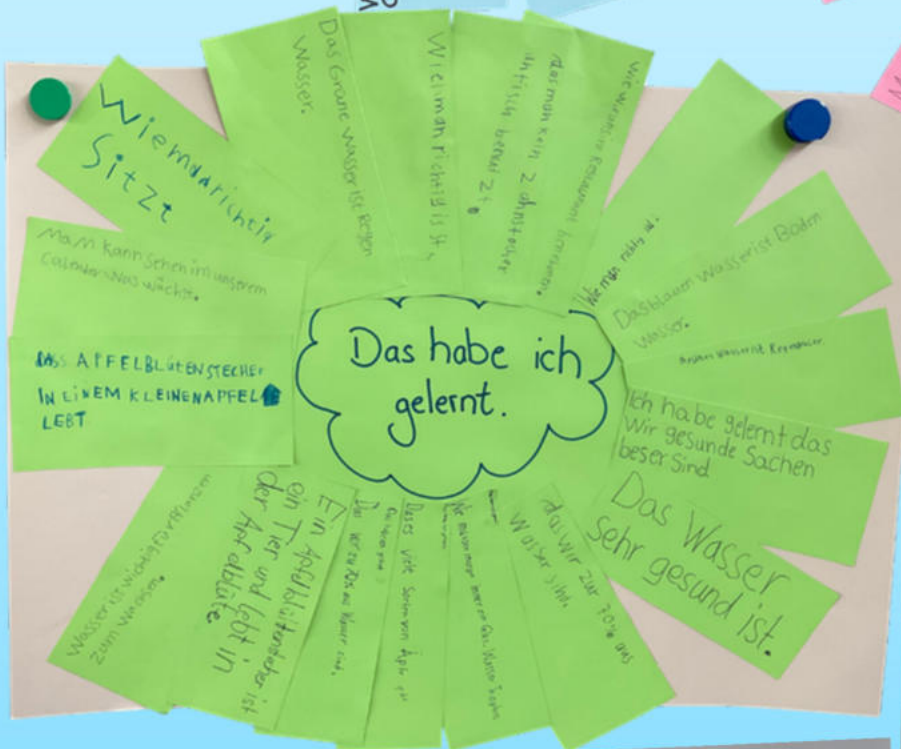
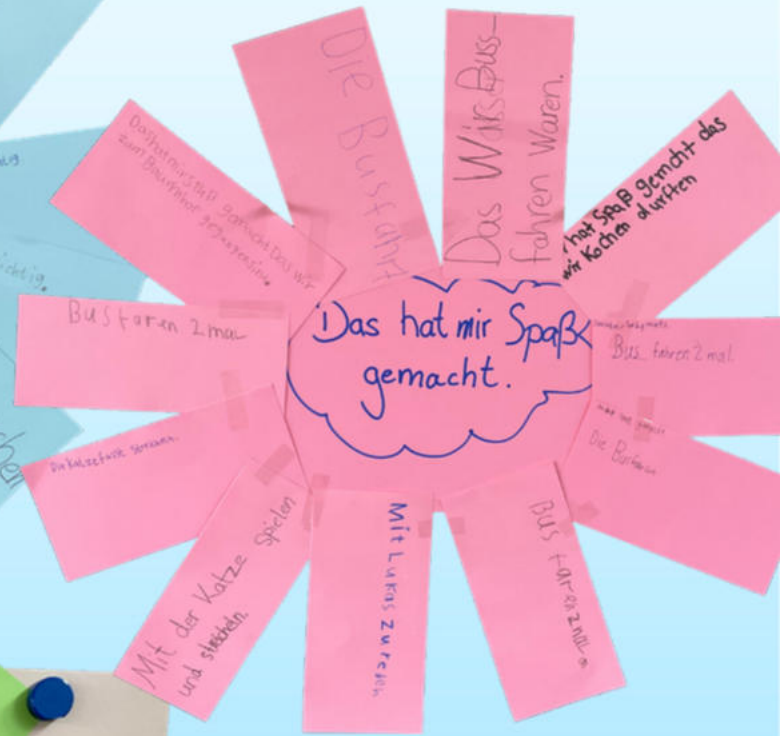
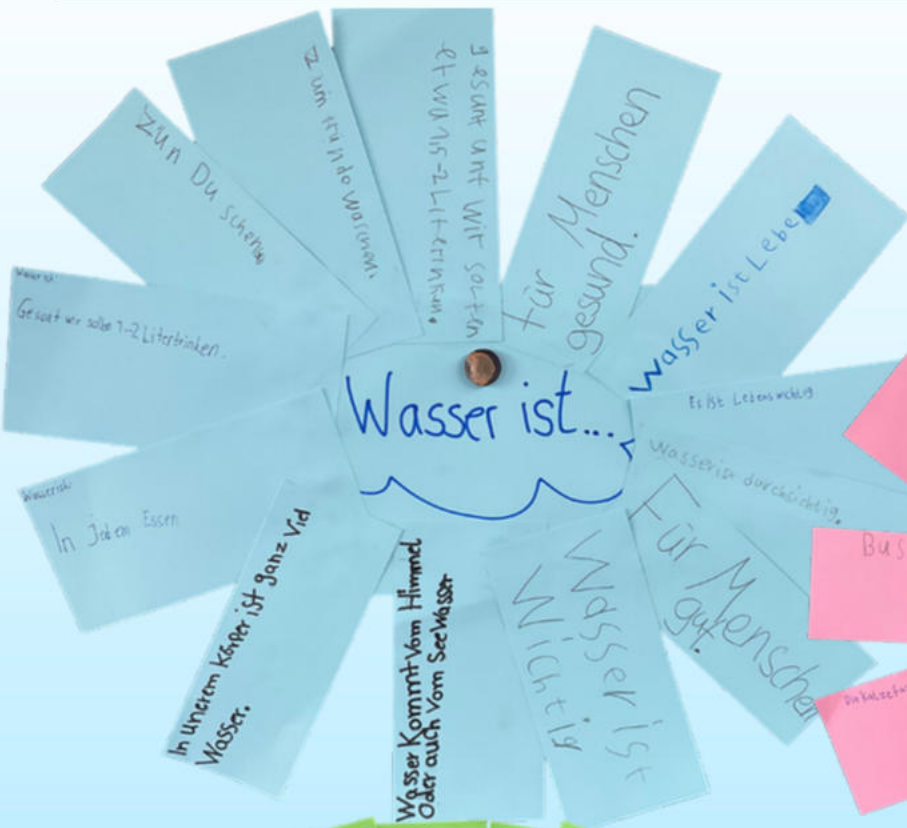
Reflexion von der Ernährungswoche

- Uns hat am meisten das Kochen Spaß gemacht, weil wir neue Gerichte ausprobieren konnten und neues lernen konnten.
- Uns hat am meisten beeindruckt, dass es so viele verschiedene Arten von Bienen gibt.
- Wir können uns vorstellen in Zukunft mehr beim Kochen zu helfen.
- Wir können uns in der Zukunft vorstellen das wir öfters nachfragen werden wo unser Essen herkommt und angebaut wird.
- Uns hat es im allgemeinen Spaß gemacht und wir konnten neue Dinge kennenlernen ©

Sena, Maram, Ela



- Wie viel indirektes Wasser wird für Lebensmittel und Kleidung pro Tag verbraucht?
 $\Rightarrow \sim 7000 \text{ l}$
 - 14% aus Deutschland
 - 86% Ausland
- Lebensmittel nach Wasserverbrauch im Anbau
 - 1) Nüsse
 - 2) Reis
 - 3) Heizen
 - 4) Kartoffeln
- Wieviel Prozent vom Obst, das wir essen kommt aus D?
 23%



Wasser - der unsichtbare Held
auf unserem Teller

Was hat dir Spaß gemacht?

Das wir bei den Bienen waren und die Männen
und Baby-Bienen kochen nicht stehlen. Im
Restaurant hat der Workshop Spaß gemacht.

Kannst du dir vorstellen in Zukunft mehr
beim Kochen zu helfen?

Ja, weil du kannst immer neue Sachen
dazu lernen.

Was war in der Woche spannend?

Wir haben Gemüse, Obst, Fleisch und Milchprodukte
und Kaffee bei einem Wasser-Container eingeordnet
und wir haben herausgefunden, wie viel Wasser
die Produkte insgesamt brauchen.

Anna, Maria

Ernährungsweise



VIDEO VKL SINSHEIM

Reflexion Ernährungswoche SBBZ Rudersberg Klasse 7-9

- Wie viel Wasser verbraucht jeder Mensch in ① am Tag?
⇒ 1 Badewanne: 150l - 180l
- Wofür brauchen wir das meiste Wasser?
 1. Baden / duschen 36%
 2. Toilettenspülung 29%
 3. Wäsche waschen 12%
 4. Geschirrspülen

2. Tag Bauernhof Spielhof

Experiment: Wasser über verschiedene Grund
gießen



Erde hat das Wasser aufgenommen

Moss nimmt Wasser auf

Steinplatten: Nass gemacht

Schwachdeckel, Schutz der Erde, Steinplatten



Gemüse,
Kräuter + Blüten
verwerten



1. Tag

Wasserverbrauch
1 kg Fleisch: 1500l

1 kg Kartoffeln: 200l

Grünes Wasser: 1 kg von Wasser und Schokolade

Altes Wasser: 1 kg von Wasser und Schokolade
2 kg: 1 kg Schokolade und 1 kg Wasser

Filme + Gruppenarbeit



Wo kommen unsere Lebensmittel her?



3. Tag Kochen

Bruschetta, Wrap (veg.) mit Dip,
Erdbeertiramisu



Vorbereitung: verschiedene Gruppen
beraten das Gemüse vor.



Falafel
werden gebraten
für die Wraps



Fertiges Buffet:
- Bruschetta
- Wraps mit Dip
- Mmmm... Lecker!

4. Tag = bester Tag?

Wo? Theaterkeller von
Christoph Sonntag

Was? Knigge-Kurs mit Umsetzung
beim Essen



Umsetzung



korrekt
gedeckter
Tisch (Vorlage)



Richtiges Benehmen
bei Tisch!
- Zuhören war anstrengend



Gemüse schnippeln
war angesagt!



Hauptgericht:
Linsenbratlinge
mit
Riz, Tomaten-
saße
+ Salat



Nachschicht:
Melone mit
selbstgemachtem
Eis


ER NÄHRUNG


Wie waren am Dienstag am Donnerstag und haben die Tage Kennenlernen. Wie z. B. Apple, Korb, Hosen, Kalten, Hühner, Gans und einen Wir drehen mit den Alpen. Spass!!! gehen.

Wir haben am Mittwoch gebackt. Das Gericht heißt Kartoffel-puffer und "Eggs". Danach ging es weiter. Ich habe das Gemüse gewaschen. Jetzt haben wir uns in Gruppen auf geteilt. Das war mein Lieblingsgericht.

Wir waren am Donnerstag bei einem Kasperl in Stuttgart. Wir haben gefrühstückt wie immer. Ein Tisch deckt. Nach und nach gab es Essen. Das Lager mit Wasser, Salz, und Curry. Und alle Nachzügler Wasser mitnehmen mit Ess.



ERNÄHRUNGSWOCHE

Am Mittwoch kam eine Köchin zur Schule. Wir haben es erst drei Gruppen aufgeteilt. Dann hat die erste Gruppe Paprika, Zwiebeln und Knoblauch geschritten. Die zweite Gruppe hat Salat, Paprika, Meis und Gurken geschitten. Die letzte Gruppe hat den Nachtisch gemacht. Das Ziel war Kartoffelpuffer und Paprikaschintzel. Als das Essen fertig war durften wir ein Glas haben und trinken. Danach durften wir essen. Es war sehr lecker. Danach kam der Nachtisch und der war nicht so gut für mich aber der hat mir geschmeckt. Es war ein toller Tag.

Am Donnerstag sind wir mit einem Reisebus nach Stuttgart zum Kniegipfel gefahren. Dort haben wir gelernt wie man sich am Tisch benimmt. Als wir dort ankamen mussten wir unsere Hände waschen bevor wir in den Theaterraum gingen. Dann haben wir im Keller einen gedruckten Tisch gesehen, wo wir uns hingesetzt haben. Da gab es zu erst einen kleinen Bruch. Da gab es dann Tee und Brot. Dann durften wir den Tisch decken und mein Teiler und Brot für das richtige Essen decken. Es gab Reis mit Gemüse und Curry. Das war auch sehr lecker. Nach dem Essen gab es ein selbst gemachtes Eis mit Nachtisch, das war das beste von allem. Dann mussten wir leider schon gehen. Es war cool und wir haben viel gelernt.

[illegible]

ERNÄHRUNGS

Montag

Wir waren in der Schule und haben gelernt, was blauer, brauner oder grüner Indikator ist und was man für das Leben braucht. Wir haben auch gelernt, dass viele Früchte nicht aus Deutschland kommen.

Mittwoch

Unsere Klasse SG wurde aufgeteilt in drei Gruppen, weil wir drei Gerichte hatten. Zwei Gruppen hatten die Hauptgerichte und eine Gruppe hatte Nachkisch gemacht. Wir haben gelernt, wie man ein gesundes und leckeres Essen kochen kann.

Dienstag

Wir haben uns zur die Frau begleitet. Dann sind wir mit den Alpakas spazieren gegangen. Zwei Schüler mussten von Alpakas helfen, weil es sonst sehr schwer war. Wir hatten alle Tiere gesehen, außer hatten wir keine Alpakas, Kamele, Schafe und Kühe. Eine Kälber hatten einen Tag HD-EDL. Eine Kuh putzt das Doppelte, wie ein Alpaka. Das grüne, braune ist von Flüssen, Seen und Regen und das blaue Wasser ist Grundwasser.

Donnerstag

Wir sind mit einem Reisebus nach Südtirol gefahren. Das sind wir angekommen, da wir eine Pizza und hat uns in einen Keller begibt. Da haben wir eine Biste und Tische. Die Tische waren gedeckt mit Blumen und Blumen. Danach mussten wir die Tische mit Gabeln, Besteck und Servietten decken. Da war die Aline, die heißt Christoph Sonntag. Das hat wir erzählt, als wir gekommen haben. Wir haben gelernt, wie man einen Tisch deckt und wie man ihn abdeckt.

ERNÄHRUNGS

Am Montag haben wir mit der 5. Klasse etwas über blaues und grünes Wasser gelernt. Wir haben im Video darüber angesehen, blaues Wasser ist Grundwasser und grünes Wasser ist Regenwasser, das aus dem Himmel kommt.

Am Dienstag sind wir mit einem Reisebus zum Bauernhof gefahren. Als erstes haben wir uns begrüßt, danach sind wir mit den Alpakas spazieren gegangen. Als wir davor zurück waren, haben wir auch gegessen.

Am Mittwoch haben wir uns in 3 Gruppen aufgeteilt. Wir haben einen Indio, Kaffeebohnen, Datteln und ein bisschen Gemüse gegessen. Danach sind wir zum Alpaka geschritten für das Frühstück.

Am Donnerstag sind wir mit dem Reisebus nach Südtirol gefahren. Wir haben dort gegessen und man kann Fisch, Fleisch, Rind, Lamm, Schwein, Geflügel, etc. alles was es gibt. Bei uns war es so, dass wir alles gegessen haben, was auch gegeben hat.

ERNÄHRUNGS

Am Montag haben wir gelernt, was blaues, braunes und grünes Indikator ist. Wir haben einen Film angeschaut, in dem wir gesehen haben, was für Lebensmittel wir brauchen, um gesund zu bleiben.

Am Dienstag sind wir mit der 5. Klasse zum Bauernhof gefahren. Wir haben dort gegessen und man kann Fisch, Fleisch, Rind, Lamm, Schwein, Geflügel, etc. alles was es gibt. Bei uns war es so, dass wir alles gegessen haben, was auch gegeben hat.

Am Mittwoch haben wir gelernt, wie man einen Tisch deckt und wie man ihn abdeckt. Wir haben gelernt, wie man einen Tisch deckt und wie man ihn abdeckt.

Am Donnerstag sind wir mit dem Reisebus nach Südtirol gefahren. Wir haben dort gegessen und man kann Fisch, Fleisch, Rind, Lamm, Schwein, Geflügel, etc. alles was es gibt. Bei uns war es so, dass wir alles gegessen haben, was auch gegeben hat.

DANKESBRIEFE



Liebe Marina,
Danke für das Leckere Essen! Es hat sehr gut geschmeckt.
Bitte bleib so eine Tolle und Mette Köchin! Liebe Grüße

Mara & Maya



DANKE SPARDA-BANK
für die Aktion, WASSER-der unsichtbarer Held auf 'unsere Teller' das sie dafür gespendet haben. Die Aktion denn sie war klasse. Ich wünsche mir sehr, dass sie weitermachen. Denn ich will das andere Wasser und unser Essen wertschätzen. Und was einer der Sachen ist die ich gekostet habe ist... wenn man 2-3 Stahprokale pro Tag isst, ist das gegen die Krankheit Krebs ich mein. Ich denk Mr. Sonntag würde euch auch HERZLICH danken.
Liebe Grüße
Ben Schüler 4A
von A.B.S.
-Auchparsechtz
-Schule

PS: Ich hab's nicht mit der Rechtschreibung
PS: Ich war weinkelner

Lieber Christoph Sonntag,
Danke für diese tolle und coole Woche.
Ich bitte sie das sie für andere Klassen
auch so tolle Wochen machen.

Ihr Samuel Hepp



Danke Busfahrer das sie uns immer sicher
fahren haben. Und das sie sich immer genug
zeit nehmen haben. Und das sie sich nicht
bei dem leeren ausrücken lassen haben.

Ein Projekt der **STIFTUNG CHRISTOPH SONNTAG**
IN KOOPERATION MIT **Green Spoons**
Ein Projekt von Slow Food Deutschland



DANKE ANNELIE

Liebe Annelie,
Vielen dank das du uns die coolen Tage ermöglicht
hast, denn es hat riesen spaß gemacht diese Wo-
che zu erleben, und ich wertschätze NOCH-
MEHR das essen. Ich hoffe das die anderen die
das Projekt, WASSER-der unsichtbare Held auf
unseren Teller "machen, und essen auch wertschätzen,
ich wünsche mir alle die da wa-
ren sich auch an die suchen halten.

Liebe Grüße
Ben (Weinkelner)



Viola danke das du uns
das kochenmen gelehrt.
Du bist so schön.
You are the best for
cooking.
Von Dhuraba.



Viola.



BERICHTE & ARTIKEL

Der Namensgeber kam persönlich

Projekt der Stiftung Christoph Sonntag zum Thema Wasser an der Theodor-Heuss-Schule

Sinsheim. (zg) Im Rahmen des Projekts „Wasser – der unsichtbare Held auf unserem Teller“, einem Bildungsprojekt der Stiftung Christoph Sonntag, entdeckten die Sprachvorbereitungsklassen der Theodor-Heuss-Gemeinschaftsschule mit Maria Schmitt und Kerstin Rudy eine Woche lang, wie wichtig Wasser für Lebensmittel, Landwirtschaft und das tägliche Leben ist. Das Glanzlicht der Woche war ein Besuch des Kabarettisten Christoph Sonntag.

Zu Beginn der Woche diskutierten die Schülerinnen und Schüler, wofür Wasser gebraucht wird. Schnell wurde klar: Ohne Wasser gäbe es keine Nahrungsmittelproduktion, und selbst das Kochen wäre unmöglich. Die Klassen sammelten Ideen und entwickelten ein Bewusstsein für die unsichtbare Rolle des Wassers in der Ernährung.

Ein Ausflug auf den Zabergäu-Angehörig in Zaberfeld verband Theorie und Praxis. Die Schülerinnen und Schüler erlebten, wie wichtig Wasser in der Viehzucht ist. Sie durften die Kühe füttern und das Zusammenspiel zwischen Futter, Wasser und Tierhaltung beobachten. Zudem gab es selbst gemachtes Stockbrot mit Kräuterstreichkäse.

Mit Viola Matern kochten die Klassen am Mittwoch mit saisonalem Gemüse und Obst. Die Schülerinnen und Schüler



Der Besuch des Kabarettisten Christoph Sonntag (Mitte) war das Glanzlicht des Bildungsprojekts an der Theodor-Heuss-Gemeinschaftsschule. Foto: Theodor-Heuss-Schule

lernten, welche Lebensmittel besonders viel Wasser bei der Herstellung brauchen, und wie man den täglichen Einkauf nachhaltig gestalten kann. Dazu gab's Tipps für eine bewusste Ernährung.

Beim Kniggekurs mit Martina Martin ging es nicht nur um gute Tischmanieren – auch das korrekte Eindecken eines Tisches wurde geübt. Mit viel Begeisterung hielt Stiftungsgründer Christoph Sonntag eine kleine Rede, in der er die Bedeutung von Wasser in der Ernährung und im täglichen Leben betonte. Anschließend machte er mit den Klassen Fotos.

Zum Abschluss der Projektwoche wurden die Erlebnisse gemeinsam reflektiert. Die Schülerinnen und Schüler tauschten sich über ihre wichtigsten Erkenntnisse aus und verfassten gemeinsam einen Bericht. Sie hielten fest, dass Wasser eine unsichtbare, aber unverzichtbare Rolle auf dem Teller spielt.

SONDERPÄDAGOGISCHES BILDUNGS- UND BERATUNGSZENTRUM RUDERSBERG

Projektwoche: „Wasser – Der unsichtbare Held auf unserem Teller“

Die Lerngruppe 3 des SBBZ Rudersberg durfte an der Ernährungswoche der Christoph-Sonntag-Stiftung, in Kooperation mit Slow Food Deutschland, teilnehmen. Ein tolles, abwechslungsreiches Programm erwartete die Klasse in der Woche vom 12.05.2025 – 16.05.2025. In diesem Jahr stand die Projektwoche ganz im Zeichen des Wassers. Auf dem Biobauernhof Adrion in Backnang, beim gemeinsamen Schulkochen mit Ernährungsberaterin Viola und auch beim Knigge-Kurs im Theaterkeller von Christoph Sonntag konnten die Schülerinnen und Schüler eine ganze Woche lang viel lernen und erleben.

Das Highlight dieses toll organisierten Events war sicherlich der Besuch in Stuttgart und das persönliche Kennenlernen von Christoph Sonntag.

Das SBBZ bedankt sich bei all denjenigen, die offensichtlich, wie auch im Hintergrund, mitgewirkt haben, um dieses Projekt zu einem echten und eindrucksvollen Erlebnis für die Schülerinnen und Schüler des SBBZ Rudersberg zu machen.



Der Knigge-Kurs im Gewölbekeller von Christoph Sonntag



Engagierte Schüler und Lehrer kochen mit Produkten des Biobauernhofes

TELEFON 07151 565-140 | E-MAIL wienersend@zwa.de
FAX 07151 565-140 | ONLINE www.wienersend-erhaltung.de

Winnenden und Umgebung

Kategorie 96 – Sonntag, 12. April 2025, 10:02 | B 3

Woher stammt unser Essen?

Schüler der Nachbarschaftsschule setzen sich in ihrer Projektwoche mit Konsum und Ernährung auseinander

Von Kim Ferber

BERGLIN. Die Klasse 4 der Nachbarschaftsschule in Oepfelfeldhofen stellt sich eigenen Fragen: Woher kommen unsere Lebensmittel und was passiert mit ihnen, bevor sie auf unseren Teller? Wie werden sie verarbeitet, und wie viel Wasser wird bei Herstellung und Vertrieb gebraucht? Im Rahmen der „Ernährungswoche“, geplant von der Stiftung Christoph Sonntag, fanden sie die Antworten darauf heraus.

Sarah Kähler hat sich mit ihrer Klasse für das Projekt beworben, das Kinder für Ernährung sensibilisieren soll. „Als Lehrerin sehe ich meine Aufgabe auch darin, Vorwissen zu fördern und das Bewusstsein für den Konsum von Lebensmitteln zu erhöhen“, erklärt sie. Die Schule sei hierfür ein geeigneter Ort, da man gemeinsam und spielerisch lernen kann. Besonders schätzt sie, dass viele Lebensmittel in dieser Woche von Lebensmittel- und Konsumexperten selbst vermittelt werden.

Wie lange braucht die Banane vom Baum in den Supermarkt?

Aber von wem? Woher kommen die Lebensmittel denn eigentlich? Das untersuchte die 4. am ersten Tag der Projektwoche. Auf einer Landkarte schauten sich die Kinder an, wie lange und weit zum Beispiel eine Banane vom Regenwald bis in die Obstplantage im Supermarkt braucht. Im Anschluss besprach Sarah Kähler mit ihren Schülern, was diese heute schon alles gegessen hätten und ob diese Lebensmittel regional und saisonal seien.

„Es geht nicht darum, die Produkte als sich schlecht zu machen“, betont Sarah Kähler. Sondern darum, bewusst zu machen, woher die Lebensmittel kommen, und sie aktuell in Deutschland geerntet werden (im Winter in Italien für Blaufränkisch und Winterlauch, Äpfel werden ganzjährig konsumiert und auf-



Lecker! Schülerinnen legen sich in der Schulküche in Oepfelfeldhofen für ein Drei-Gänge-Menü ins Zeug.

Foto: Gabriel Hubermann

bewahrt). Passend zum Thema Wasser (das Oberthema lautet: „Wasser – der unsichtbare Held auf unserem Teller“) und Konsum sprachen die Schüler auch darüber, wie viel Wasser man für den Anbau von bestimmten Lebensmitteln braucht. Dabei, dass Anbau und Kulturboden so viel Wasser benötigen, hatten viele der Kinder nicht gewusst.

Nachdem die Grundfragen geklärt waren, ging es am Dienstag für die Klasse zu einem Bauernhof nach Kantenbach. Im Gespräch mit einem Landwirt bestanden die Kinder, welche Produkte er und seine Kollegen typischerweise herstellen (z. B. Milch, Eier, Käse, Wurst, Honig) und in welchen anderen Lebensmittelarten Produkte stecken (z. B. Müll, Schokolade, Leder). Zudem erklärte er den Kindern den Zusammenhang zwischen Lebensmittelherstellung und Konsumnachfrage. Wenn viel Fleisch gegessen wird, werden sich die landwirtschaftlichen Betriebe darauf ein. Die Folge: Sie erhöhen das Fleischangebot an die Verbraucher.

Darin wurden die Kinder selbst aktiv: Während einer Gruppe der Bestände des Kabinettens zusammenstellten, wogen die anderen ab, wie viel Liter Wasser ein Tier braucht, um 20 Liter Milch herzustellen. „Wir sind so oft zum Bach und wieder zurückgekommen und hatten am Ende 60 Liter Wasser. Dass eine Kuh so viel braucht, hätten wir nicht gedacht“, berichtet ein Schüler.

Erst selber kochen, dann edel speisen – inklusives Knigge-Kurs

Am darauffolgenden Tag traten die Kinder erneut in Aktion: Sie bewerkstelligten ein Drei-Gänge-Menü in der Schulküche und stellten dabei eine Spaten her, die typischerweise als Fertigprodukt gekauft werden. In drei Teams arbeiteten die 19 Schülerinnen und Schüler einen bunten Frühlingssalat wie Vogerlei, Lauch-Kartoffel-Taler mit Joghurt-Dip als Hauptgericht und einen Apfel-Rhabarber-

Crumble zum Dessert. Kritische Stimmen zu Beginn wichen der Überzeugung, das Rezept zu Hause und den Eltern weiterzugeben. Am Donnerstag folgte der Besuch im Theaterkeller von Kabarettist und Stiftungsratsmitglied Christoph Sonntag. Nach einem privaten Drei-Gänge-Menü absolvierten die Kinder einen Kniggekurs. Nach dem Kniggekurs vom Freitag legten sie selbst schicke Klänge an.

Zum Ende der Woche wird das Gelernte reflektiert, und auf Plakaten und Collagen festgehalten. Ob Sarah Kähler das Projekt noch einmal umsetzen würde? „Auf jeden Fall. Nicht nur die Kinder sind begeistert, auch von den Eltern habe ich positives Feedback bekommen“, berichtet die Lehrerin.

Zum Projekt

Die Ernährungswoche ist eines der vielen Projekte der Stiftung Christoph Sonntag. Finanziert werden sie von der Stiftung und Sozialen Unternehmen, darunter die Sparkasse Baden-

Württemberg. Ausgewählte Produzenten, Händler und Köche vermitteln den Kindern und Jugendlichen Wissen über die Qualität von Lebensmitteln, verantwortliche Landwirtschaft,

angereicherte Verarbeitete, traditionelles Lebensmittelhandwerk und Bewahrung der regionalen Geschmacksstoffe, schreibt die Stiftung auf ihrer Website.

– Kompakt

Mai-Hocketse & Musikvereins V

BERGLIN. Der Musikverein spielt am Donnerstag, 11. und am Freitag, 12. April, im Vereinsrestaurant in Oepfelfeldhofen. Beginn um 11 Uhr und begleitet die Kapelle die Leitung des neuen Möbels.

– Wir gratulieren

Samstag, 12. April: Winnsender Wilmsen-Rudersberg zum 90. Geburtstag.

– Was • Wann • Wo

Alle Angaben ohne Gewähr

Ausstellungen / Märkte

Feuerwehrmuseum Wilsch. 1. April bis 30. April, 10 bis 12 Uhr. **Ordnungsamt Lützenbach.** 1. April bis 30. April, 10 bis 12 Uhr. **Ordnungsamt Lützenbach.** 1. April bis 30. April, 10 bis 12 Uhr. **Ordnungsamt Lützenbach.** 1. April bis 30. April, 10 bis 12 Uhr.

Bild

Wunderland Wilsch. 1. April bis 30. April, 10 bis 12 Uhr.

Bücherei

Ordnungsamt Lützenbach. 1. April bis 30. April, 10 bis 12 Uhr.

Ordnungsamt Lützenbach. 1. April bis 30. April, 10 bis 12 Uhr.

Ordnungsamt Lützenbach. 1. April bis 30. April, 10 bis 12 Uhr.

Ordnungsamt Lützenbach. 1. April bis 30. April, 10 bis 12 Uhr.

Ordnungsamt Lützenbach. 1. April bis 30. April, 10 bis 12 Uhr.

Ordnungsamt Lützenbach. 1. April bis 30. April, 10 bis 12 Uhr.

Ordnungsamt Lützenbach. 1. April bis 30. April, 10 bis 12 Uhr.

Ordnungsamt Lützenbach. 1. April bis 30. April, 10 bis 12 Uhr.

Ordnungsamt Lützenbach. 1. April bis 30. April, 10 bis 12 Uhr.

Ordnungsamt Lützenbach. 1. April bis 30. April, 10 bis 12 Uhr.

Ordnungsamt Lützenbach. 1. April bis 30. April, 10 bis 12 Uhr.

Ordnungsamt Lützenbach. 1. April bis 30. April, 10 bis 12 Uhr.

Ordnungsamt Lützenbach. 1. April bis 30. April, 10 bis 12 Uhr.

Ordnungsamt Lützenbach. 1. April bis 30. April, 10 bis 12 Uhr.

Ordnungsamt Lützenbach. 1. April bis 30. April, 10 bis 12 Uhr.

Ordnungsamt Lützenbach. 1. April bis 30. April, 10 bis 12 Uhr.

Ordnungsamt Lützenbach. 1. April bis 30. April, 10 bis 12 Uhr.

Ordnungsamt Lützenbach. 1. April bis 30. April, 10 bis 12 Uhr.

BERGLIN

Schulprojekt in Berglin: Wie viel Wasser braucht die Kuh für 20 Liter Milch?

ZVWO

Von Kim Ferber

Veröffentlicht: 12.04.2025, 14:20

Teilen



Lecker! Schülerinnen legen sich in der Schulküche in Oepfelfeldhofen für ein Drei-Gänge-Menü ins Zeug. © Gabriel Hubermann



Ben am Gensler / Foto: Gabriel Hubermann





Franz-Sales-Wocheler-Schule Überling

Sonderpädagogisches Bildungs- und Beratungszentrum (SBBZ) mit dem Förderschwerpunkt Lernen
Termine Über uns Schulleben Klassen und Lehrer-Innen Eltern Gästebuch Kontakt/UA



Herzlich willkommen auf der Website der Franz-Sales-Wocheler-Schule Überling.

Ernährungswochen im Mai in Kl.7/8 mit der Stipftung* von Christoph Sonntag

19. Oktober 2025 | C.Rath

Bereits zum 4.Mai haben unsere Hauptstufenschüler/-innen bei den Ernährungswochen der STIPFTUNG von Christoph Sonntag teilgenommen, es war wieder ein tolles Projekt! Dieses Jahr lautete das Thema „Wasser“.

Tag auf dem Hof Hölhwangen mit Frau Rieber

Am Dienstag, den 6.Mai, war der erste Tag von unserer Projektwoche. Wir wurden um 8.30 Uhr von einem Bus abgeholt. Wir sind zum Bauernhof nach Hölhwangen gefahren. Dann mussten wir 5 Minuten zum Hof Hölhwangen laufen und da wurden wir sehr herzlich empfangen von Frau Rieber. Wir haben zuerst erklärt bekommen, wie wichtig der Boden und Wasser für die Pflanzen sind und Versuche gemacht. Wir durften dann die Kartoffelermaschinen anschauen und sind dann zu den Kühen gegangen. Es waren sehr viele Kühe. Es gab auch Hunde und Katzen und wir durften auch schaukeln. Die Jungs haben dann ein Lagerfeuer gemacht. Es war sehr sehr kalt und wir haben dann zusammen Brötchen und Brot gemacht und sie im Ofen gebacken und aus Sahne Butter gemacht. Als die Brötchen fertig waren, haben wir die Butter draufgeschmiert und Salz. Dann haben wir zusammen gegessen und Apfelsaft getrunken. Von Elif

Wir waren auf dem Bauernhof in Hölhwangen. Um 8.30 Uhr haben wir den Bus genommen. Als wir angekommen sind, hat uns Frau Rieber begrüßt. Wir saßen im Kreis und haben über Wasser und den Boden gesprochen und Versuche gemacht. Als wir fertig waren, sind wir um den Bauernhof herumgelaufen und haben die Tiere angeschaut. Frau Rieber hat etwas über Ziegen und Kühe erzählt. Die Jungs und Frau Rath haben Feuer angezündet, weil es kalt war. Danach haben wir Brötchen und Butter selber gemacht. Die Sahne mussten wir im Eimer schütteln, bis sie Butter wird. Danach haben wir zusammen am Feuer gegessen und Apfelsaft getrunken. Dann sind wir wieder zur Schule gefahren. Das war ein schöner Tag. Von Jana

Tag in der Küche mit Herr Hermannsdorfer

Am Mittwoch haben wir gemeinsam gekocht und uns dafür in drei Gruppen aufgeteilt. Eine Gruppe hat Nudeln gemacht, eine Gruppe Suppe und eine Gruppe das Dessert. Ich war in der Suppengruppe mit Elif und Jana. Ich habe zuerst 400 g Linsen abgemessen und mit der dreifachen Menge Wasser in einen Topf gegeben. Während Elif und Jana das Gemüse geschnitten haben, habe ich dabei auch mitgeholfen. Anschließend durfte ich Eiweiß mit etwas Zucker und Salz mit einer Küchenmaschine aufschlagen und in den Kühlschrank stellen. Später habe ich bei den Nudeln mitgeholfen.

Die andere Gruppe hatte den Teig schon vorbereitet, und wir durften ihn mit der Nudelmaschine ausrollen. Wir haben zuerst Kugeln geformt, sie flach gedrückt und dann Stufe für Stufe dünner gemacht. Mit Mehl haben wir verhindert, dass die Nudeln nicht zusammen kleben. Nach dem Kochen in heißem Wasser kamen sie kurz ins kalte Salzwasser und dann auf Blech und dann kam das gekochte Gemüse darüber.

Zum Schluss kamen die Nudeln in den Ofen. Währenddessen haben wir den Tisch gedeckt und auf die Tafel unser Menü geschrieben. Es gab Linsensuppe mit selbstgemachten Nudeln und Rahmsauce mit Putengeschnetzeltem und als Nachtisch Rhabarbercrumble mit Erdbeersauce. Gemeinsam mit Herr Hermannsdorfer, Frau Neumaier und Frau Rath haben wir gegessen. Mir hat der Tag sehr gut gefallen. Von Mustafa

Am Mittwoch, dem zweiten Tag der Ernährungswoche, kam Herr Hermannsdorfer. Wir waren in der Küche und haben ganz viele Leckerbissen gezaubert. Wir haben uns in Gruppen aufgeteilt und wir haben eine Curry-Linsen-Suppe gekocht und danach haben wir für Christoph Sonntag einen Kuchen gebacken. Und die anderen haben Putz, selbstgemachte Nudeln und Rahmsauce gemacht und als Nachtisch noch einen Rhabarbercrumble. Alles war so lecker und ich würde das sehr gerne wieder machen. Von Elif

Benimmkurs mit Marina Martin

Wir sind in die Schule gekommen am Morgen und dann sind wir in ein anderes Klassenzimmer gegangen, weil die Marina und Ulrike mussten Essen vorbereiten und die Tische decken, aber nur drei Teiler. Wir durften dann rein, Marina hat uns Sachen erzählt wie man mit Getränken umgeht und dass man nicht Wasser verschütten darf, wie ihr wisst im Bodensee gibt es immer weniger Wasser. Dann durften wir alleine die Tische decken. Danach haben wir Gemüse geschnitten, da haben wir das aufgeteilt und dann ist Herr Hermannsdorfer gekommen mit seiner Frau und dann haben wir roten Saft getrunken, aber danach haben wir gegessen, es gab Pfannkuchen mit Spargel. Dann ist Christoph Sonntag gekommen, er hat uns Witze erzählt und einen Kuchen bekommen, weil er vorher Geburtstag hatte. Er ist dann gegangen und dann haben wir Eis gegessen danach haben wir aufgeräumt und dann sind wir nach Hause gegangen, das war unsere Ernährungswoche. Von Ziad

Am Donnerstag, den 08.05.25 hatten wir den letzten Tag von der Projektwoche. Marina hat uns alles erklärt, wie man sich benimmt bei einem Essen oder im Restaurant. Nachdem sie nach zwei Stunden fertig mit Rieden war, haben wir angefangen den Tisch für die Vorspeise zu decken. Die Vorspeise waren Dips, Gurke, Popcorn, Paprika und Brot. Dazu gab es zum Trinken Wasser, weißen Traubensaft und roten Traubensaft. Während wir gegessen haben, ist Thomas mit seiner Frau gekommen, ca. einer halben Stunde später ist auch Christoph Sonntag gekommen. Er hat einen Kuchen von Elif bekommen, weil er Geburtstag hatte und weil er in unsere Schule zum vierten Mal gekommen ist. Als alle gegessen hatten, mussten Basmala und ich den ersten Teiler mit der Gabel und dem Messer wegbringen. Als es 12.00 war kam die Hauptspeise, es gab Spargel in Pfannkuchen drinnen mit Käse oben drauf und einen Salat mit Erdbeeren und Radieschen. Von Elia

Wir bedanken uns ganz herzlich bei Christoph Sonntag und Annelie Speckmaier von der STIPFTUNG, Herrn Thomas Hermannsdorfer von Slow Food Deutschland, Susanne Rieber vom Hof Hölhwangen und beim Kniggekurs-Team Marina Martin und Ulrike. Wir hatten wunderbare Tage zusammen, wir haben zusammen gekocht, gebacken, gegessen, gelacht, viel gesehen und vor allem viel gelernt.



Bildungspartnerschaft mit dem Obsthof Kitt



Schnellzugriff
Webmail
Schulportfolio

Schulhomepageaward



Termine

12.12.2025
Adventscafé

> Oktober 2025

> August 2025

> Juni 2025

> Mai 2025

> April 2025

> März 2025

> Dezember 2024

> November 2024

> Oktober 2024

> September 2024

> Juli 2024

> Mai 2024

> April 2024

> März 2024

> Februar 2024

> Januar 2024

> Dezember 2023

> November 2023

> September 2023

> Juli 2023

> Juni 2023

> Mai 2023

> April 2023

> März 2023

> Februar 2023

> Januar 2023

> Dezember 2022

> November 2022

> Oktober 2022

> September 2022

> Juli 2022

> Juni 2022

> April 2022

> März 2022

> Februar 2022

> Januar 2022

> Dezember 2021

> November 2021

> Oktober 2021

> September 2021

> August 2021

> Juli 2021

> Juni 2021

> Mai 2021

> April 2021

> März 2021

> Februar 2021

> Januar 2021

> Dezember 2020

> November 2020

> Oktober 2020

> September 2020

> August 2020

> Juli 2020

> Juni 2020

> Mai 2020

> April 2020

> März 2020

> Februar 2020

> Januar 2020

> Dezember 2019

> November 2019

> Oktober 2019



ENGAGEMENT

WEG VON FASTFOOD UND FERTIGGERICHTEN



Die „STIPFTUNG CHRISTOPH SONNTAG GmbH“ macht Schulkindern gesundes Essen schmackhaft. Die „Ernährungswochen“ werden kostenlos angeboten.

Bis heute erinnert sich Christoph Sonntag an ein Erlebnis aus den Anfängen seines Projekts „Ernährungswochen“. „Da stand ich vor einer Schulklasse und kündigte an: Morgen gehen wir auf einen Bauernhof“, erzählt der bekannte Kabarettist. „Daraufhin meldete sich ein Kind und fragte: Was hat ein Bauernhof denn mit Essen zu tun?“

Mittlerweile reisen die Ernährungs-expertinnen und -experten der „Stipftung Christoph Sonntag“ schon seit 15 Jahren durch Baden-Württemberg und leisten, wie der Gründer es nennt, lebensnahe Grundlagenarbeit. Die Hauptzielgruppe sind Kinder und Jugendliche aus Werkreal-, Real-, Sonder- und Gemeinschaftsschulen.

Von der Koch- bis zur Esskultur

Auf dem Programm jeder Ernährungswoche steht ein Besuch beim regionalen Biobauern oder -gärtner und damit der direkte Einblick in die Produktion und Vielfalt der heimischen Nahrungsmittel. Wie man das dort erworbene Gemüse, aber auch Pizza oder Maultaschen

selbst schmackhaft und gesund zubereiten kann, lernen die Schülerinnen und Schüler tags darauf beim gemeinsamen Kochen unter fachkundiger Anleitung. „Für viele ist das ein echtes Aha-Erlebnis, bei dem die Zusammenhänge begreifen, die ihnen vorher tatsächlich nicht klar waren“, hat Christoph Sonntag schon oft erfahren. An Tag 4 dürfen ihn die Kinder im seinem eigenen kleinen Theater in Bad Cannstatt besuchen. Dort dreht sich alles um die Tischkultur. Wie deckt man eine Tafel ein? Welche Benimmregeln gelten bei Tisch? Und wie formuliert man eine Tischrede? Eine solche Rede ganz à la Christoph Sonntag hält der Hausherr am Ende höchstpersönlich. „Das lasse ich mir nicht nehmen“, stellt der 62-jährige Schwabe fest. „Ich sage den Kindern dann, passt auf, ich lade wirklich nicht jeden zu mir ein. Aber euch lade ich ein, weil ich an euch glaube und mir wünsche, dass ihr etwas aus eurem Leben macht.“

Zum Abschluss verarbeiten die Kinder ihre persönlichen Ernährungswochen-Erlebnisse auf kreative

Weise, etwa in Form von Plakaten, Gedichten, Aufsätzen oder Fotos. Diese Werke werden dann in ihrer Schule ausgestellt, damit dort alle Klassen etwas davon haben.

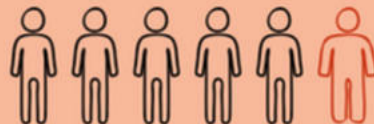
Künstler mit großem Herzen

Seit vielen Jahren sorgt die Stipftung Bildung und Soziales dafür, dass das gesunde Lernprojekt an Schulen in Baden-Württemberg kostenlos angeboten werden kann. „Ich finde dieses Engagement großartig“, unterstreicht Christoph Sonntag. „Es ist überhaupt nicht selbstverständlich, dass sich ein Bankhaus so einsetzt und uns diese Arbeit überhaupt ermöglicht.“

Schulen, die sich für den Besuch der Ernährungsfachleute bewerben möchten, finden die notwendigen Informationen im Internet unter stipftung.de. Dort sind auch alle weiteren Projekte beschrieben, die der viel beschäftigte Künstler mit dem großen Herzen für junge Menschen ins Leben gerufen hat.



Wissenschaftlichen Studien zufolge leidet jedes sechste Kind in Deutschland an Übergewicht. Häufig betroffen sind Kinder aus einkommensschwachen Familien.



14

SPARDARBEIT MAI/JUNI 2025



Wasser ...

INHALTE SUCHEN

Suche

ÜBERSICHT

Allgemein

[Schuljahr 2016-2017](#)

[Schuljahr 2017-2018](#)

[Schuljahr 2018-2019](#)

[Schuljahr 2019-2020](#)

[Schuljahr 2020-2021](#)

[Schuljahr 2021-2022](#)

[Schuljahr 2022-2023](#)

[Schuljahr 2023-24](#)

[Schuljahr 2024-25](#)

[Schuljahr 2025-26](#)

... der unsichtbare Held auf unserem Teller!

Unter diesem Motto nahm die Klasse 6d vom 7. bis 11. Juli an der Ernährungswoche, einem Projekt der Christoph Sonntag Stiftung, teil. Eine Woche lang standen die Themen „Ernährung“ und „Wasser“ im Vordergrund: Wie hängt beides miteinander zusammen? Warum trinken wir Wasser nicht nur, sondern essen es auch? Wo kommt das Wasser in unseren Lebensmitteln her?

Montags bereiteten die Schülerinnen und Schüler sich auf das Thema Wasser in Lebensmitteln vor und erfuhren, dass es nicht nur blaues, sondern auch grünes Wasser gibt. Dabei kam auch die Frage auf, ob sich eine Pflanze selbst Wasser ziehen oder pauschal gegossen werden sollte. Um das herauszufinden, startete die Klasse im Klassenraum ein Bewässerungsexperiment mit Petersilien-Pflanzen.

Dienstags folgte ein Hofbesuch bei Markus Pflugfelder in Möglingen. Der Bauer in 4. Generation erklärte uns u. a., wie er seinen Hof an die veränderten Bedingungen durch den Klimawandel anpasst. Wer hätte gedacht, dass auf deutschen Äckern Wassermelonen wachsen können und dass man Popcorn-Mais vom Bauern bald bei Edeka kaufen kann? Mit zwei Säcken voller Kartoffeln verließen wir nachmittags wieder den Hof.

Verköcht wurden die Knollen dann mittwochs in der Experimentierküche der Experimenta Heilbronn. Die Schülerinnen und Schüler hatten jede Menge Spaß, ihr eigenes 3-Gänge-Menü zu kochen, und lernten dabei, was es heißt, regionale Produkte zu verwenden. Diese schmecken nicht nur besser, sondern verbrauchen auch weniger Wasser in der Produktion – Stichwort „Wasser-Fußabdruck“.


Donnerstags nahmen die Kinder im Theaterkeller von Christoph Sonntags Haus (Christoph Sonntag ist ein bekannter Kabarettist!) an einem Kniggekurs teil. Bei einem tollen 3-Gänge-Menü lernten die Schülerinnen und Schüler alles rund um Tischetikette und wie schön es ist, gemeinsam beisammen zu sitzen. Das Highlight kam aber am Ende der Veranstaltung, als Christoph Sonntag jede und jeden mit Handschlag begrüßte und in einer kleinen kabarettistischen Einlage erklärte, wie die Idee zur Ernährungswoche entstanden ist.

Der letzte Tag endete, wo der erste Tag begann: im Klassenraum der 6d. Dort reflektierten die Kinder die Woche und ihre Erkenntnisse in Gruppen auf kreative Weise. Auf die Frage „Was hat die in der Ernährungswoche am besten gefallen?“ fiel freitags oft die Antwort „Alles!“.

Die Ernährungswoche ist ein Projekt der Stiftung Christoph Sonntag in Kooperation mit Green Spoons und Slow Food Deutschland. Unser großer Dank geht an die Experimenta Heilbronn, die diese Woche komplett gesponsert hat (sogar die Hin- und Rückreise), und an Annelie und Elena von der Christoph Sonntag Stiftung, die uns so liebevoll und gut durch diese Woche begleitet haben.

Theresa Schillo





- Schule
- Aktuelles
- Schwerpunkte
- Schulsozialarbeit
- Schüler/in
- Förderverein
- Lehrer/in
- Schülerfirma Pizza Pecker
- Schülerfirma „Woodpeckers“
- Schulgarten im Pfarrgarten
- Besondere Angebote und Projekte
- Partner
- Impressum / Kontakt
- Datenschutz

Ernährungswoche der Klassen 5 und 5/6/7

In diesem Schuljahr durften wir an der Ernährungswoche der **Christoph-Sonntag-Stiftung** teilnehmen. Während der Woche haben wir viel über Lebensmittelherstellung, Verarbeitung und Verwertung gelernt. Das Schwerpunktthema war Wasser. Wir beschäftigten uns damit, wie wir Wasser sparen können und wie hoch unser Wasserverbrauch bei der Produktion von Lebensmitteln ist.

Gestartet hat die Woche mit einem Vorbereitungstag in der Schule. Dabei haben wir uns mit den Grundlagen rund um Ernährung und Wasserverbrauch beschäftigt.

Am Dienstag fuhr ein Reisebus zum **Ritterhof**, einem Bauernhof. Dort durften wir den Hof erkunden, den Tieren begegnen und viel über die Arbeit der Bäuerin erfahren. Besonders toll war es, die Kühe zu füttern! Anschließend bereiten wir aus frischen Zutaten unser eigenes Mittagessen zu. Wir schüttelten Butter, pressten Saft und mahlen Mehl – alles mit viel Spaß und Teamarbeit. Zum Schluss kauften wir im dortigen Hofladen Gemüse für unseren nächsten Tag.

Der Mittwoch führte uns nämlich in die **Experimenta** nach Heilbronn. In der dortigen Experimentierküche nahmen wir an einem Workshop teil und kochten ein Drei-Gänge-Menü, das wir anschließend gemeinsam genießen durften. Danach blieb noch Zeit, die spannende Ausstellung zu entdecken.

Am Donnerstag waren wir in **Christoph Sonntags** Theaterkeller eingeladen. Dort besuchten wir zunächst einen Knigge-Kurs und durften die neuen Tischregeln direkt bei einem gemeinsamen Menü ausprobieren. Zum Abschluss lernten wir Christoph Sonntag persönlich kennen und erfuhren mehr über die Idee hinter den Ernährungswochen.

Am letzten Tag fand eine Reflexion in der Schule statt. Wir sammelten unsere Eindrücke, tauchten Erlebnisse aus und hielten fest, was wir alles gelernt haben.

Diese Woche war für uns alle ein großartiges Erlebnis, voller spannender Eindrücke, praktischer Erfahrungen und leckerer Momente. Wir bedanken uns herzlich bei der Christoph-Sonntag-Stiftung, der Experimenta und dem gesamten Team für diese unvergessliche Woche!

Die nächsten Termine

Herbstferien 2025
27.10.2025

Ferienkalender 2025_26
14.09.2026

Aktuelles

Ernährungswochen der Klassen 5 und 5/6/7

Das Generationencafé bietet Geburtstag

Bahnhoftourführung verschoben

Nachschub für den Hongkongrat

Auftrag der Grundschule beim GGN Beigheim 2025

Winnertagung 2025

Auftritt bei der Urban Dance Show

Finale des Wettbewerbs „Welcome to Europe“

Kunst gegen Grazi - Schüler verschönern die Bahnunterführung

Ausflug der Grundschule zum Theater nach Wehrheim

Fit für den Notfall - Erste-Hilfe-Kurs an unserer Schule

Die Pizzapecker beim Nackenbrotbacken in Beigheim

Bienen hautnah erleben - Einblick in das Leben im Bienenstock

Schule am Steinhaus gewinnt den SBNZ CUP 2025/1

Schulpreis für Pizzapecker

Sonderpreis des Corporate-Wettbewerbs gewonnen

Schul-Cloud

Alle Aktionen der Vergangenheit

Wir sind ausgezeichnet für unsere Berufsvorbereitung

Boris

Wir nehmen Teil am Schulfachprogramm

Schulprogramm mündel.de


Klasse 2000

Logopädie und Ergotherapie


Logopädie

Würth Bildungspreis


STIFTUNG WÜRTH




Experimentierküche




Ernährungswochen




Fahrt zum Ritterhof



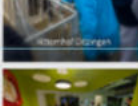
Ritterhof Göttingen




Ritterhof Göttingen




Experimentierküche




Experimentierküche




Experimentierküche




Experimentierküche




Experimentierküche




Experimentierküche




Experimentierküche




Experimentierküche




Experimentierküche




Experimentierküche




Experimentierküche




Experimentierküche




Experimentierküche




Experimentierküche




Experimentierküche



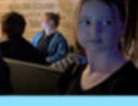
Experimentierküche




Experimentierküche



Experimentierküche




Experimentierküche



[Anmelden](#)

[ABONNIEREN](#)
[KONTAKT](#)




experimenta gGmbH

23.07.2025

Schulklassen kochen gesund und lecker in der experimenta

(lifePR) (Heilbronn, 23.07.2025) Gesund und lecker passt gut zusammen: Das können Kinder im Rahmen der „Ernährungswochen“ auf ganz praktische Weise herausfinden. Die experimenta ermöglicht Schulklassen aus den Regionen Heilbronn und Ludwigsburg die Teilnahme an dem Projekt der „Stiftung Christoph Sonntag“. Am 23. Juli besuchten Schülerinnen und Schüler der Luise-Bronner-Realschule Heilbronn das Science Center und bereiten in der Experimentalküche ihr Mittagessen mit regionalen Lebensmitteln aus...



experimenta gGmbH

Experimenta-Platz

74072 Heilbronn, Deutschland


+49 7131 887950





info@experimenta.science

http://www.experimenta.science

Aktionen


QR-Code abrufen



Baden-Württemberg ▾
Entdecken & Erleben ▾
Erholung & Genuss ▾
Interessantes & Kurioses ▾
Veranstaltungen & Tickets ▾

insideBW.de>Baden-Württemberg>Kochen für die Zukunft: Wie Schüler in der experimenta gesunde Ernährung und Gemeinschaft n




Entgiftungskur für Ihre Leber

Viele Menschen wissen gar nicht, wie sehr ihnen eine erfolgreiche Entgiftung helfen kann.

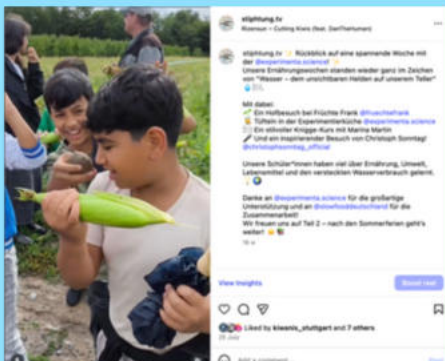
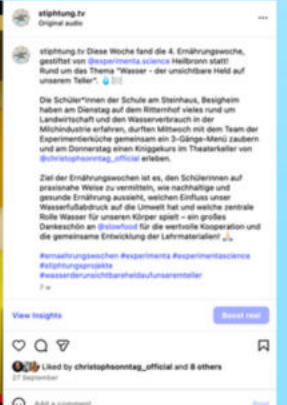
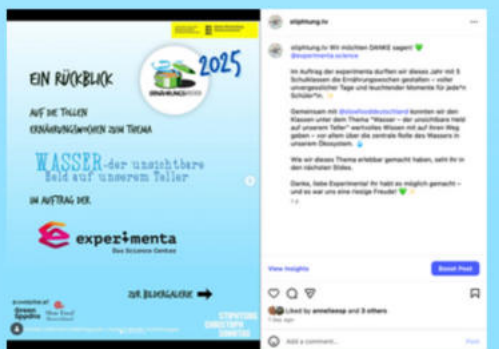
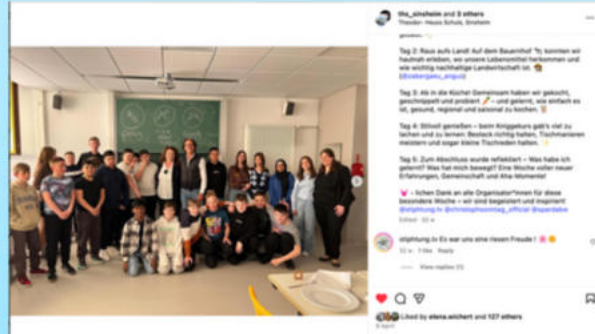
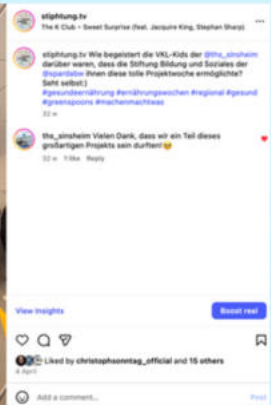
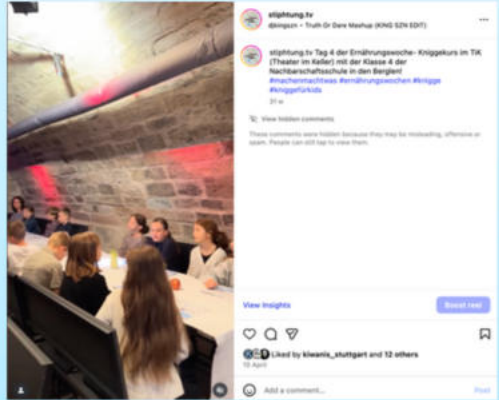
BodyFokus [Öffnen >](#)

Gesund, lecker & verbindend

Kochen für die Zukunft: Wie Schüler in der experimenta gesunde Ernährung und Gemeinschaft neu entdecken



SOCIAL MEDIA



RÜCKMELDUNGEN

“Als Erstes möchten wir uns ganz herzlich bei Euch (und bei Christoph natürlich auch) bedanken für die tolle Organisation und Begleitung der Ernährungswoche! Unsere Schülerinnen und Schüler hatten eine sehr bereichernde Woche: Viele Kinder sind über sich hinausgewachsen, haben Neues ausprobiert, sind ins Nachdenken gekommen, haben gestrahlt und geschwärmt. Auch wir Lehrerinnen haben noch viel Neues dazugelernt und konnten die Kinder in Ruhe beobachten und helfen, interagieren und begleiten - ohne Geld einsammeln zu müssen, vor Ort einen Plan zu haben, uns um Hin- und Rückfahrten zu kümmern ... Es war für uns alle bereichernd spannend. Wir schätzen es sehr, dass ihr gerade nicht die Gymnasialklassen auswählt, sondern die eher benachteiligten Kinder – das war ein Volltreffer für die 6d (mit vielen alleinerziehenden Eltern und oft knappen Kassen zu Hause)! Vielen herzlichen Dank! Habt ein schönes Wochenende und nochmals danke für ALLES!”
- Isabel (RS Besigheim)

“Erstmal wow und Danke. Die Woche war wirklich großartig! Vielen Dank für alles!”
- Sarah Kübler, NBS 4a

“Gestern war ich ja kochen an der Gesamtschule im Eichholz. Mir hat es großen Spaß gemacht, den Kindern auch - und sie haben zur großen Überraschung von den Lehrerinnen ordentlich Gemüse gegessen. Frau Nuss war auch ganz begeistert von der SoLaWi Tennental. Ich freue mich sehr, wenn ich das öfters machen darf!:-)
Schöne Grüße, Karin (Anti-Diät-Coach - zert. Intuitive Eating®)

“Wir haben nur Lob für Euer Engagement und die tolle Organisation der Ernährungswoche!”
- Theresa Schillo (RS Besigheim)

“Auch einige Monate später, haben wir die Ernährungswoche in sehr guter und schöner Erinnerung.
Viele Grüße, Jörg Romann (SBBZ Rudersberg)

Die Ernährungswoche hat allen viel Spaß gemacht und wir als Schule würden uns sehr freuen wenn wir auch im nächsten Schuljahr wieder dabei sein könnten!
Ganz herzliche Grüße, Rebecca Hartmann (Schule am Favoritepark)

Es war eine ganz tolle und informative Woche, vielen Dank nochmal!
Liebe Grüße, Magdalena Heim (Schillerschule Ettlingen)

Vielen Dank für die grandiose Planung und Durchführung der Ernährungswoche. Hoffentlich können wir kommendes Jahr wieder dabei sein. Unsere Schülerinnen und Schüler haben zu solchen Dingen, die sie da lernen und erfahren durften, sonst keinen Zugang.
Christoph Straub (Erich Kästner-Schule Reutlingen (SBBZ SPRACHE))

Vielen herzlichen Dank für diese tolle Ernährungswoche und eure Geduld mit unseren Schülern!
Unsere Schüler haben Einiges gelernt! Der Knigge-Kurs hat sie am meisten beeindruckt!

Liebe Grüße ans Team,
herzlichst, Margit Katz, Susanne Seidl (SBBZ Rudersberg)



STIFTUNG BILDUNG UND SOZIALES

Sparda-Bank

BADEN-WÜRTTEMBERG



experimenta

Das Science Center



HERZLICHEN DANK, DASS WIR DURCH EUCH DIESES WICHTIGE PROJEKT UMSETZEN DÜRFEN!

DANK Eurer HILFE KONNTEN WIR DIESES JAHR 325 KINDER FÜR EINE GESUNDE, NACHHALTIGE UND BEWUSSTE ERNÄHRUNG, DAS SELBSTSTÄNDIGE KOCHEN MIT FRISCHEN LEBENSMITTELN SOWIE DEN ACHTSAMEN UMGANG MIT UNSERER UMWELT BEGEISTERN. IHR TRAGT DAZU BEI, DIE BILDUNGSLANDSCHAFT IN BADEN-WÜRTTEMBERG NACHHALTIG ZU BEREICHERN – UND DAFÜR SAGEN WIR VON HERZEN: DANKE! Euer EINSATZ MACHT EINEN UNTERSCHIED. ❤️



EIN HERZLICHES DANKESCHÖN AN UNSERE
"HELPER" VON DER

STIFTUNG BILDUNG UND SOZIALES

Sparda-Bank

BADEN-WÜRTTEMBERG

experimenta
Das Science Center

Die „Stipftung“ ist eine gemeinnützige GmbH und ist bei der
Umsetzung ihrer wundervollen Projekte auf wundervolle
Unterstützer wie Euch angewiesen.
Ohne Euch wären unsere guten Ideen
immer nur Ideen geblieben!

→ WAS MACHEN MACHT WAS.

BILDUNG UMWELT
ENTWICKLUNGSHILFE
SOZIALES KULTUR

