

07.10.2009

# Im Kochkurs fürs Leben lernen

Das Angebot ist bei den vierten Klassen der **Grundschule Sandheide** sehr gefragt.

**Sport-Ernährungstrainer** Matthias Alies macht die Kinder fit für den Alltag. Der richtige Umgang mit **Lebensmitteln** will gelernt sein.

VON GUNDEL SEIBEL

**ERKRATH** Ines und Kimberley sowie Gizem und Salima sind Schülerinnen der 4. Klassen der Grundschule Sandheide. Zusammen mit sechs anderen Kindern haben sie sich zur Koch-AG gemeldet. Diesen 90-Minuten-Kurs am Nachmittag bot die Schule in sieben Einheiten an. Die acht Mädchen und zwei Jungen hatten Glück. Sie wurden als Erste angenommen. Denn der Kurs ist beliebt und die Warteliste ist lang.

Eifrig machten sich die Kinder an das Schälen und Schneiden von Radieschen, Möhren, Gurken und Paprika. Der Kräuterquark war schon vorbereitet. Vorher aber hatten die Kinder von Sport-Ernährungstrainer Matthias Alies bereits gelernt, dass man gründlich die Hände mit Seife und Bürste reinigen muss, bevor man in der Küche arbeitet. Die Mädchen mit langen Haaren mussten sich diese mit einem Band zusammenbinden lassen.

## Der Verein HELP ist vier Jahre alt

„Ich mag keinen Quark“ sagte eines der Kinder. „Und ich mag keine Radieschen“. Aber geschnippelt wurde trotzdem mit großem Eifer. Kindgerecht bringt der Sport- und Ernährungstrainer Matthias Alies aus Gronau in Westfalen den Schü-



Spaß beim **Gemüse** putzen haben **Kimberly** (l.) und **Ines**. Danach wird geschneibelt.

RP-FOTO: ACHIM HÜSKES

lern den Umgang mit den Lebensmitteln nahe. Von seiner Organisation „HELP“ wird er in Schulen, Vereinen und zu Initiativen geschickt, um jungen Menschen Perspektiven zu bieten. Der Verein HELP (Human Environment Life-Protection) wurde vor vier Jahren in Deutsch-

land gegründet. Neben den Fachberatungsstellen gegen sexuellen Missbrauch oder „Keine Macht den Drogen“ kümmert sich der Verein inzwischen auch um Projekte im Schulbereich, wie hier in Sandheide. Nach dem Motto „Wehret den Anfängen“ möchte der Verein die

Entwicklung von jungen Menschen positiv beeinflussen. Darum eilt Matthias Alies von einer Einrichtung zur anderen und macht die Kinder fit für den Alltag.

Dieses Ziel hat mit ihm das Kollegium der Grundschule Sandheide. Ulrike Perk, die kommissarische

## INFO

### 250 Schüler

Die Grundschule Sandheide hat 250 Schüler. Die **Unterrichtsangebote** am Nachmittag umfassen neben den **Kochkursen** zum Beispiel auch Chorsingen, Flötenunterricht und die **Coolness-AG**. Hier steht das **soziale Miteinander** ohne Aggression auf dem Lehrplan.

Schulleiterin, tut alles, um den Kindern einen guten Start in die Schulzeit zu ermöglichen. „Wir sind sehr engagiert“, sagt sie. „Und manchmal fürchten wir, dass wir in der Stadt nicht entsprechend wahrgenommen werden.“ Von einem sozialen Brennpunkt will man hier nichts wissen. Die Grundschul Kinder sind lernfreudig wie überall. Natürlich gibt es hier mehr Kinder von Migranten als anderswo in Erkrath. Aber das ist auch eine Bereicherung für die Mitschüler, das gibt Farbe und Stimmung. Auf jeden Fall wollen die Kinder gerne kochen lernen. Kursleiter Matthias Alies denkt dabei an gesunde Ernährung und an den Spaß beim gemeinsamen Essen.