

# Trierischer Volksfreund vom 09.02.2017



**(TRIER)** Insgesamt 36 Klassen aus der ganzen Region werden dank der AOK-Kochworkshops und des KLASSE!-Projekts in den kommenden Wochen für gesunde Ernährung sensibilisiert.

Im Ofen backen die Pizzen, in der Pfanne braten die Hackbällchen, während in der hinteren Ecke der AOK-Küche in der Paulinstraße in Trier die Schüler noch die Paprika-Creme-Suppe abschmecken.

Wieder andere sind noch mit dem Cantuccini-Tiramisu beschäftigt, die dritte Gruppe deckt den Tisch ein. Es duftet lecker. "Das macht richtig Spaß, und man lernt was fürs Leben", sind sich die Oberstufenschüler aus der 13. Klasse des Balthasar-Neumann-Technikums Trier einig.

Im ersten Schulhalbjahr hatten sie sich im Unterricht von Lehrer Andreas Bader mit alternativen Lebensformen und auch alternativem Essen beschäftigt. Da kam Bader die Idee, das Thema gesunde Ernährung auch außerhalb des Unterrichts anzugehen. Er bewarb sich beim Volksfreund-KLASSE!-Projekt für einen Kochworkshop von KLASSE!-Partner AOK Rheinland-Pfalz - und seine Klasse war am Dienstag nun eine der ersten von insgesamt 36, die mit der AOK kochen durften.

Bereits zum fünften Mal bietet die AOK die KLASSE!-Kochworkshops an - und der Ansturm auf die Kurse ist ungebrochen. "Diese Riesen-Resonanz beeindruckt uns Jahr für Jahr", sagt Ralph Schleidweiler, Leiter der regionalen AOK-Gesundheitsberatung. Eigentlich sollten 15

Gewinnerklassen in den Genuss des Workshops "Fit Food statt Fast Food" kommen, doch dann entschied die AOK, dass bis zu den Sommerferien alle 36 Bewerber einen Workshop erhalten.

"Das Thema gesunde Ernährung zieht - und das in allen Schularten. Die Schüler und Lehrer sorgen dafür, dass es auch richtig tolle Veranstaltungen sind, weil sie mit Herzblut bei der Sache sind", sagt Schleidweiler: "Und dass die Workshops eine echte Erfolgsgeschichte sind, liegt auch am Engagement unserer Beraterinnen, die in den kommenden Wochen viele Kilometer im Dienste der gesunden Ernährung zurücklegen."

Am Anfang jedes Workshops steht ein Theorieteil, der sich generell mit dem Thema gesunde Ernährung befasst. "Wir wollen die Schüler sensibilisieren", sagt Marion Heinz, eine der AOK-Ernährungsberaterinnen, die die KLASSE!-Kochworkshops leitet.

Auch daher wurde das Thema Fast Food gewählt: "Wir zeigen mit unseren Workshops, dass man in kurzer Zeit mit frischen Zutaten gesundes Fit Food kochen kann, denn die Menschen haben immer weniger Zeit zum Kochen", sagt Heinz.

Auch Lehrer Andreas Bader gibt dem Kochworkshop eine glatte Eins: "Viele unserer Schüler werden nach dem Abitur in WGs wohnen - und erinnern sich dann hoffentlich daran, was sie heute gelernt haben."

#### **Die Gewinnerklassen:**

Folgende 36 Klassen kommen bis zu den Sommerferien in den Genuss des KLASSE!-Kochworkshops der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland: IGS Morbach, Klasse 8c, Friedrich-Spee-Realschule plus Neumagen-Dhron, Klassen 9c/d, 8b und 9e, Maria-Grünwald-Schule Wittlich, Werkstufe, ÜAZ Wittlich, Kurs "Fit für den Job", Kurfürst-Balduin-Realschule plus Wittlich, Klasse 8a, Clara-Viebig-Realschule plus Wittlich, Klasse 8b, Kaiser-Lothar-Realschule plus Prüm, Klasse 8, St. Matthias-Schule Bitburg, Klassen 8f, 8c, 8d, Regino-Gymnasium Prüm, Klasse 8a1, St. Willibrord-Gymnasium Bitburg, Klasse 8 c, BBS Gewerbe und Technik Trier, Kurse BVJ a, BVJ b, BVJ c, St. Martinus-Schule Reinsfeld, Klasse 8, Nelson-Mandela-Realschule plus Trier, DaZ-Klasse und Klasse 7a, Blandine-Merten-Realschule plus Trier, Klasse 8, Angela-Merici-Gymnasium Trier, Klassen 8b, 9b, 10c, BBS Wirtschaft Trier, Klasse 11, Wilhelm-Hubert-Cüppers-Schule Trier, Klassen BR9, QS9/10, Balthasar-Neumann-Technikum Trier, Klasse 13, Kurfürst-Balduin Realschule plus Trier, Klasse 8, Friedrich-Wilhelm Gymnasium Trier, Klasse 8b, Meulenwald-Schule Schweich, Klasse L7, IGS Hermeskeil, Klasse 8, Realschule plus Konz, Klasse 9f, Förderschule St. Josef Trier, Geschwister-Scholl-Schule Hermeskeil, Kurse BFS 1, BVJ, Realschule plus Gerolstein, Klasse 8a/bR