

Eine Oberstufenklasse der Steinburg-Schule auf Erkundungstour bei EDEKA Frauen

Am 20. November machten wir uns, die Oberstufenklasse 4 der Steinburg-Schule, auf den Weg zum Edeka –Markt Frauen am Rotenbrook Itzehoe. Dort wollten wir Informationen für unser ZISCH- Projekt sammeln. In der Zeitungsecke wartete schon ein bekanntes Gesicht auf uns: Birthe Wulf, Fachberaterin für Ernährung und Vertrieb der Edeka. Frau Wulf hatte uns schon vorher in der Schule besucht, um uns kennenzulernen und uns Informationsmaterial mitzubringen. Herr Noack, der Ernährungsberater von Frauen und Frau Siemßen, Ernährungsservice am Rotenbrook empfingen uns ebenfalls ganz herzlich und erzählten, was sie für unsere Erkundungstour geplant hatten.

Zunächst hatten wir aber die Gelegenheit anhand der Ernährungspyramide zu zeigen, was wir im Unterricht schon alles zum Thema gelernt haben. Wir wussten, dass man mindestens fünf Mal Getränke ohne Zucker trinken sollte und viel Gemüse und Obst essen soll. An der Spitze der Pyramide stehen die Süßigkeiten, davon sollten nur ganz wenig genascht werden.

Auf einem Rundgang durch den Markt fanden wir verschiedene Stationen: Riechen, Schmecken und Tasten. Bei den Riechdosen konnten wir viele Gerüche schnell erkennen. „Nur die Gummibärchen waren schwer zu erkennen, wohl weil wir so wenig naschen“ (Ricky). „Manches hat aber auch nicht schön gerochen, zum Beispiel der Knoblauch“ (Daniela)

Auch das Ertasten machte viel Spaß, „nur den Granatapfel habe ich nicht erkannt, den habe ich vorher noch nie gesehen“ (René).



Beim Schmecken mussten wir ganz tapfer sein. Es erfordert schon eine ganze Portion Mut und Vertrauen, sich mit geschlossenen Augen etwas in den Mund stecken zu lassen und zu probieren. Dabei schmeckten Falk die Walnüsse gar nicht.

Anschließend schauten wir uns auf einem Rundgang Räume im Supermarkt an, die man normalerweise nicht zu sehen bekommt. Im Kühlraum war es minus 23 Grad kalt, dort wollte Romana schnell wieder heraus. Jan-Uwe war sehr interessiert an der

Leergutannahme und den Förderbändern. Da an unserer Schule einige Schüler Rollstuhlfahrer sind, fanden wir es super, dass es extrabreite Gänge und eine spezielle Kasse gibt, die mit Rollstühlen gut zu passieren sind. Es gibt auch spezielle Einkaufswagen für Menschen mit Beeinträchtigungen, an denen zum Beispiel Lupen angebracht sind.

Zum Abschluss durften wir Früchte probieren, die wir vorher nie gesehen und geschmeckt haben, z.B. Litschis, Drachenfrucht und Sharon Frucht und diese zusammen mit unseren heimischen Früchten zu leckeren Obstspießen verarbeiten. „Die Spieße haben mir besonders gut geschmeckt“ (Florian). Um immer einen gesunden Snack bei uns zu haben, bekamen wir noch eine Brotdose geschenkt.

Es war ein spannender Vormittag für uns, wir haben viel neue Dinge kennengelernt und dabei auch noch viel Spaß gehabt.

Wir bedanken uns bei dem Edeka- Team für den tollen Tag den wir noch lange in guter Erinnerung behalten werden.

