

# Spaß am Führerschein

Eichener Grundschul Kinder lernten, sich richtig zu ernähren



Die 3. Klasse der Grundschule Eichen hatte Spaß beim Projekt „Ernährungsführerschein“, bei dem die Gesundheitserziehung an erster Stelle stand.

**Eichen.** Die Kinder der Klasse 3 der Grundschule Eichen haben sich den aid-Ernährungsführerschein in sechs Wochen hart erarbeitet. Zusammen mit Susanne Fischer, einer externen Fachkraft vom aid und Klasse2000 Gesundheitsförderin, der Klassenlehrerin Johanna Kollef und einigen Eltern, bereiteten die Kinder in Gruppen verschiedene kalte und warme

Gerichte zu. „Wir haben zuerst über die Ernährungspyramide gesprochen“, berichtet Paula. „Sie ist in drei Farben aufgeteilt, wie eine Ampel. Grün bedeutet, dass ich da richtig zugreifen darf, z. B. Wasser, Vollkornbrot, Nudeln, aber auch Obst und Gemüse gehören dazu“, ergänzt Mila.

Die Kinder haben gelernt, dass es wichtig ist, Milch zu

trinken, Käse und Joghurt zu essen und Fleisch, Wurst, Fisch und Ei nur in Maßen zu genießen. Schwer fiel es ihnen zu akzeptieren, dass sie auf Pommes Frites mit Ketchup und Majonaise, aber auch auf Eis und Süßigkeiten weitestgehend verzichten sollten.

Die Kinder achten jedoch jetzt bewusster darauf, was sie am Tag essen. Sophie hat es

verstanden, sie sagt: „Es ist wichtig, sich gesund zu ernähren, damit ich fit und gesund bleibe und Energie zum Lernen habe.“ Kater Cook, eine Motivationsfigur, war immer dabei und sorgte dafür, dass die Kinder „Startklar“ und „Fertig“ sind. Paula erklärt: „Kater Cook ist ein Kater und wenn er startklar ist, ist er gesund, hat saubere Hände, Ringe, Uhr und Armbänder abgenommen, hat eine saubere Schürze an, die Haare sind festgebunden und auch die festen Schuhe dürfen nicht fehlen.“

Außerdem lernten die Kinder einiges über Knigges Manieren beim Essen und Trinken. „Am Ende des Projektes durften wir unsere Eltern zum Essen einladen. Wir haben ein großes Buffet aufgebaut, den Tisch toll gedeckt und alle zusammen gegessen. Das Projekt Ernährungsführerschein hat mir viel Spaß gemacht“, sagt Sophie.

Alle Kinder haben den schriftlichen und praktischen Teil des Ernährungsführerscheins bestanden und konnten den ausgehändigten Führerschein voller Stolz den Gästen zeigen. Auf einer Klassenfahrt wollten die Schüler ihr neu gelerntes Wissen in der Praxis umsetzen.

## Zusammenstoß mit Motorrad

**Afholderbach.** Ein 27-jähriger Kradfahrer befuhr am Donnerstag die Bundesstraße 62 von Afholderbach nach Eschenbach. Zur gleichen Zeit befuhr ein 20-jähriger Pkw-Fahrer die B 62 in entgegengesetzter Richtung. Der 20-Jährige kam aus ungeklärter Ursache auf den Gegenfahrstreifen, wo der 27-Jährige mit seinem Krad fuhr. Es kam zum seitlichen Zusammenstoß beider Fahrzeuge. Beide Fahrzeugführer wurden in ein Siegener Krankenhaus eingeliefert, waren aber nicht schwer verletzt.

## Grillfest der Senioren

**Netphen.** Im Rahmen ihrer Seniorenarbeit lädt die evangelische Kirchengemeinde Netphen zu einem Grillfest am Mittwoch, 14. Juli, ins evangelische Gemeindehaus, Lahnstr. 67, ein. Es beginnt um 12 Uhr mit dem gemeinsamen Mittagessen selbstgemachter Salate, verschiedenem Grillgut und Nachtisch. Danach sorgt die Musikgruppe „Die Einsilbigen“ für gute Stimmung und Geselligkeit und lädt zum Mitsingen ein. Der Nachmittag wird mit einem Kaffeetrinken beendet. Zur besseren Planung und Vorbereitung bitten die Veranstalter um vorherige Anmeldung unter ☎ (0 27 38) 68 83 73 oder 41 45.

## Der Nahe Osten

Vortrag am Mittwoch in Dahlbruch

**Dahlbruch.** Zum Thema „Der Nahe Osten und seine Friedensaktivisten. Israel im Spannungsfeld zwischen Iran, Türkei und der arabischen Welt“ veranstaltet die Evangelische Gemeinschaft Dahlbruch am kommenden Mittwoch, 14. Juli, einen Israel-Vortragsabend in Zusammenarbeit mit dem Christlichen Medienverbund. Als Referent ist der Jerusalemer Journalist und Theologe Johannes Gerloff (Jerusalem) eingeladen.

Israels gewaltsames Vorgehen gegen die Hilfsflottille für Gaza hat die Gemüter der Welt erhitzt. Die Machtergreifung der radikal-islamischen Hamas im Gazastreifen ist nicht nur Israel ein Dorn im Auge, sondern eine ernsthafte Bedrohung für das südliche Nachbarland Ägypten. Beide Gaza-Anrainer bemühen sich zu kontrollieren, was die Hamas importiert. Doch der türkisch initiierte Schiffs-

konvoi, bei dessen Kaperung am 31. Mai neun Menschen getötet wurden, muss in einem weit größeren Zusammenhang verstanden werden. In der Türkei tobt ein Machtkampf zwischen Laizismus und Islamismus. Die arabisch-islamische Welt ist in sich zerstritten und trägt ihre Streitigkeiten oft mit blutigen Mitteln aus. Neben dem Iran müht sich die Türkei um eine Führungsrolle im Nahen Osten und darum, einer neuen islamischen Identität gegenüber dem Westen Ausdruck zu verleihen. Zu diesem Thema und den aktuellen Vorgängen wird der Journalist Johannes Gerloff interessantes Hintergrundwissen liefern. Außerdem gibt es einen Israel-Info-Stand und einen Büchertisch.

Die Veranstaltung beginnt um 19.30 Uhr im Haus der Evangelischen Gemeinschaft Dahlbruch, Hillnhütter Str. 78.



## Frauenwandertag gefiel

**Hilchenbach/Stünzel.** Der Wetterbericht konnte sie nicht entmutigen und so trafen sich am Bahnhof in Hilchenbach 21 Frauen auf Einladung der Gleichstellungsbeauftragten Inge Grebe zum 2. Hilchenbacher Frauenwandertag. Katrin Baldursson-Schütz hatte wieder eine landschaftlich schöne Strecke ausgesucht und damit sich niemand verläuft, bekam jede

Frau eine Karte mit Streckenführung ausgehändig. Im gut gefüllten Zug, verteilt auf mehrere Waggons ging es Richtung Raumland-Markhausen. Zunächst langsam ansteigend aber dann doch recht steil durch den Wald führte der Weg über blühende Wiesen, vorbei an Feldern und weidenden Kühen, die einen Vorgeschmack auf das Ziel gaben. Nach zweieinhalb

Stunden, mehreren kurzen Pausen und herrlichen Ausblicken, erreichte die Wandergruppe das Stünzelfast. Für einige der Teilnehmerinnen war es der erste Besuch der Kreistierschau, genauso beeindruckt waren viele von dem Jahrmarkt. Nach Stärkung mit Würstchen, Waffeln, Suppe und anderen Leckereien, traten die Frauen den Heimweg Richtung Erndtebrück an.



Fit durch die Sommerpause

### Sonderaktion in den Ferien!

Während der NRW-Schulferien (15.07. bis 27.08.) kann im Sportwerk für eine einmalige Gebühr von 30 Euro bis zu 4 Mal die Woche traditionelles Taekwondo unter der Leitung von Andreas Schneider (2. DAN, Kwon Jae Hwa) getrieben werden.

Weitere Infos unter: [www.sportwerk-freier-grund.de](http://www.sportwerk-freier-grund.de)

In der Au 7 • 57290 Neunkirchen  
Tel.: 02735-207936 • hallo@sportwerk-freier-grund.de



Haus St. Raphael  
57299 Burbach  
Steinhardstr. 4

**1. Jahr**

So. 18. Juli 2010  
ab 14.00 Uhr

...große Gartenparty Tolle Tombolapreise

**Wir feiern Geburtstag**

Spaß & Spiel Zauberer Pikkus Kindervergnügen

## Tag der offenen Tür

So., 11. Juli 2010, ab 11.00 Uhr

Seit 60 Jahren Ihr Profi rund ums Auto!

*Feiern Sie mit uns!*

Kinder-Hüpfburg • Autogalerie  
Unsere Partnerfirmen stellen sich vor  
Formel-1-Rennsimulator • Airbrush-Seminar  
Fußball-Kicker-Turnier  
Für das leibliche Wohl ist gesorgt!

Seit 60 Jahren



Freiheitsstraße 6 • 57080 Siegen-Eiserfeld  
Tel. 02 71 / 38 10 56 • Fax 02 71 / 38 59 20

[www.autolackierei-weis.de](http://www.autolackierei-weis.de)



Anzeigen helfen  
**KAUFEN** und  
**VERKAUFEN.**

# REWE

# Dreysse

Wilnsdorf  
Niederdielfen  
Rudersdorf  
Wilgersdorf

**Wir stellen noch kurzfristig ein!**

Auszubildende für die Berufe:

Das sind sichere Arbeitsplätze!

**Fleischer** verkaufsbetont,  
**Verkäuferinnen**

Feinkost / Fleisch / Wurst / Käse  
Senden Sie bitte die üblichen Bewerbungsunterlagen an:  
REWE-Markt Dreysse • Marktplatz 4 • 57234 Wilnsdorf

**Krombacher Pils**

20 x 0,33 Ltr. Kasten

(1 Ltr. = 1.35, 3.10 Pfd.)

**8.88**

**Elf-Freunde-Kiste**

11 verschiedene Sorten Bier

(1 Ltr. = 1.21, 0,88 Pfd.)

**6.66**