

# minimax

Alles über unsere Schule - Schülerzeitung der OGS an der Thomas-Morus-Schule



## Sachenmacher

Auch bei den Sachenmachern wird der Obstsaft selbst gemacht. Wenn alle mithelfen, geht es schnell und schmeckt doppelt gut.



## GESUNDE ERNÄHRUNG

wird bei uns großgeschrieben! Beginnen wir im Essraum, wo bis auf Mittwoch täglich gutbestückte Rohkostteller auf allen Tischen zur Verfügung stehen. Eine knackige und bunte Vielfalt von Möhren, diversen Paprikasorten, Schlangengurken und Tomaten, mundgerecht und liebevoll geschnibbelt, wird von den Kindern begeistert angenommen.



## Mohammeds Saftladen

Seit wann gibt es in der OGS einen Saftladen? Mehr dazu auf den Innenseiten!



## Sachenmacher

Wie die Sachenmacher ihren Obstsaft selber machen, seht ihr im Innenenteil.

## Elterncafé

- 2. Mai 2018
- 4. Juni 2018
- 4. Juli 2018

## \*\* Elterncafé \*\* Elterncafé \*\*

Liebe Eltern,  
 nach wie vor treffen wir uns jeden ersten Mittwoch im Monat zu unserem Elterncafé.  
 Bei Kaffee und Keksen können wir unterschiedliche Themen und Anliegen besprechen.  
 Sie finden uns im Speiseraum der OGS.  
 Die nächsten Termine unseres Elterncafés sind:  
 2. Mai, 4. Juni und 4. Juli 2018 um jeweils 8.00 Uhr.

Wir freuen uns auf Sie.  
 Christina Veerkamp (02 51/68 65 799)  
 Sandra Taudt (01 76/19 00 33 51)



## Gesunde Ernährung genießen

Am Mittwoch dominiert das große Salatbuffet. Hier fehlt es an nichts! Sieben und mehr Sorten Salat stehen zur Auswahl, begleitet von leckeren Röstzwiebeln, frischem Basilikum, Mozzarella und einer hochwertigen Salatsoße. Hier wird der Vitaminbedarf der Kinder in höchstem Maße gedeckt.



In den Gruppenräumen stehen jederzeit reich gefüllte Obstschalen zur Verfügung. Hier dürfen sich die Kinder ganz nach Wunsch bedienen. Jedoch lieben sie es umso mehr, wenn ihnen nach den Hausaufgaben fertig zubereitete Obststeller angeboten werden, bestückt mit rotwangigen Apfelvierteln, Bananen, geschälten Kiwis, Birnen und Orangen. Natürlich sind die saftigen Ananasecken das absolute Highlight. Dann läuft den Kindern das Wasser und der süße Saft im Munde zusammen.

Je nach Jahreszeit reichen wir die Früchte der Saison, und so gibt es immer wieder eine erfreuliche Abwechslung.

Wir wollen nicht unerwähnt lassen, dass wir Salate, Mittagessen und Obst zu mindestens 20 % aus biologischem Anbau beziehen. Gesunde Ernährung wird bei uns ge- und erlebt, und vor allen Dingen: genossen!



Wir wollen nicht unerwähnt lassen, dass wir Salate, Mittagessen und Obst zu mindestens 20 % aus biologischem Anbau beziehen. Gesunde Ernährung wird bei uns ge- und erlebt, und vor allen Dingen: genossen!



## Gemeinsames Essen macht Spaß und verbindet!

Das Mittagessen in der OGS ist für uns eine Herzensangelegenheit. Bei gemeinsamen Mahlzeiten handelt es sich nämlich nicht zuletzt um eine wichtige soziale Handlung, bei der im Hintergrund viele Prozesse ablaufen. Obwohl das „offene Mittagessen“ die Selbstständigkeit und Selbstwirksamkeit der Kinder gefördert hat, fehlte uns doch die „familiäre Atmosphäre“ die bei einem Mittagessen in der eigenen OGS Gruppe aufkommt.

Ein gemeinsames Mittagessen in der eigenen OGS-Gruppe bietet den Kindern die Möglichkeit, soziale Kontakte zu festigen und Rituale und Strukturen zu verinnerlichen. Denn ein kontinuierliches Vorbild dringt tiefer als Worte. Die Gruppenleitung hat die Möglichkeit Themen rund um die gemeinsamen Mahlzeiten zu besprechen. Hierzu gehört auch die Wertschätzung der Lebensmittel, Rücksicht aufeinander

zu nehmen sowie unterschiedliche Themen zu besprechen, die die Kinder beschäftigen.

**Essenszeiten Wolfsrudel:**  
12.35 Uhr im Klassenraum 1b  
**Essenszeiten Rabennest:**  
13.20 Uhr im Klassenraum 1b

Um einen ruhigen Ablauf beim Mittagessen zu gewährleisten und die Geräuschkulisse im Essensraum zu reduzieren, isst das Wolfsrudel nach der fünften Stunde (12.35 Uhr) gemeinsam in dem Klassenraum der 1b. Das Rabennest schließt sich ebenfalls mit einem gemeinsamen Mittagessen im Klassenraum der 1b um 13.20 Uhr an.

Wir freuen uns gemeinsam mit Ihren Kindern auf ein entspanntes Mittagessen, was vielleicht auch dazu anregt, neue Gerichte auszuprobieren und Kraft zu tanken für den weiteren Tagesablauf.

## Mohammeds Saftladen



Mohammed ist ein alter Bekannter in der OGS. In der Anfangszeit der OGS im Jahr 2005 war er einer der ersten OGS-Kinder und hat bis heute noch guten Kontakt zu Anke. Zusammen hatten sie die Idee für das Projekt „Mohammeds Saftladen“. Drei Tage lang hat er für die OGS-Kinder köstliche Gemüse- und Fruchtsäfte gemixt. Die Begeisterung war so groß, dass die Kinder in Mohammeds Saftladen Schlange stehen mussten.

Tolle Idee!  
Danke Mohammed!!!

