

Eine Spende für ein gesundes Pausenbrot



foto: Simon/Chefkocht

In der 5. Klasse des Johanneums war David Simon ebenfalls zu Besuch, um für das gute alte Pausenbrot eine Lanze zu brechen, denn es sei gesünder als süßes Gebäck und verdiene mehr Aufmerksamkeit.

HOMBURG | | (maa) Es sollte eine gute Aktion werden, aber dann gab es wegen Corona nur eine leere Brotbox: David und Tanja Simon hatten sich in diesem Jahr vorgenommen, Schulkindern gesunde Nahrung nahezubringen, denn sie betreiben selbst eine frische Küche mit Abholservice und ein paar Tischen in der Homburger Altstadt.

„Die Essgewohnheiten werden oft schon in der Kindheit festgelegt, deshalb ist es wichtig, dass man hier den Kindern beibringt, dass es auch gute und einfache Dinge gibt, die gut schmecken, zum Beispiel ein einfaches Pausenbrot,“ sagt David Simon. Er schrieb über 40 Schulen im Umkreis an und bot an, mit den Kindern zusammen ein gesundes Pausenbrot zusammenzustellen und zu probieren, „aber daraus wurde wegen Corona natürlich nichts“. Und so musste die Aktion aufs Notwendigste reduziert werden: Der begeisterte Koch kam in die Schulen, erzählte den neu eingeschulten Kindern, wie abwechslungsreich ein Pausenbrot sein kann und verschenkte an jedes Kind eine Brotbox, „leider leer“, wie er bedauert, „aber es ging ja nun mal nicht anders“. Eigentlich hätte er gerne zusammen mit den Kindern ein abwechslungsreiches Sortiment aus Wurst, Käse, Rohkost und Obst aufs Brot gelegt, „denn sich sein Pausenbrot selbst zu machen ist auch ein Ansporn für die Kinder“. Im übrigen seien nicht alle Kinder gleich veranlagt, „man soll da nichts erzwingen, auch wer kein Brot mag und statt dessen lieber Müsli oder Joghurt isst, ernährt sich gesund.“

Es gehe nicht darum, Eltern zu bevormunden, „sondern wir wollen nur ein paar Anregungen geben, zum Beispiel mal auf Süßes zu verzichten und sich nicht von Hamburgern oder Gummibärchen zu ernähren.“ Natürlich sollten die Kinder in der Weihnachtszeit Lebkuchen, Plätzchen oder Stollen essen, aber im Januar könne man dann ja mal wieder zu Vollkornbrot mit Käse wechseln, „das schmeckt dann noch mal so gut“, betont Simon.

Auch die Kinder-Onkologie und die städtische Kleiderkammer wurden von David und Tanja Simon beschenkt, insgesamt belief sich die Spende auf über 2500 Euro. In der Onkologie mussten die beiden allerdings noch vorsichtiger sein als in den Schulen, denn hier erfolgte die Übergabe nicht persönlich, sondern über das Krankenhauspersonal, um die Kinder nicht zu gefährden. Im kommenden Jahr ist die Aktion erneut geplant, dann „aber hoffentlich unter einem besseren Stern“, hoffen die beiden Restaurantbetreiber.