

## Helden privat

### »Das Piratenschiff«

Pebber hat mal wieder eine tolle Idee: Gemeinsam mit Peb will er ein richtiges Piratenmenü zubereiten. Passend dazu dekorieren die beiden den Tisch: Da werden die blauen Servietten zu Meereswellen, auf denen kleine Papierschiffchen schwimmen und das Geschirrtuch wird zum Piratenkopftuch. Als „Captain Peb“ und „Smutje Pebber“ lassen es sich die beiden dann so richtig schmecken!



.....→ Wenn der Tisch schön gedeckt ist, schmeckt das Essen noch mal so gut! ←.....  
 Für Tischdekoration ist im Alltag natürlich nicht immer Zeit, aber vielleicht können das ja die Kinder übernehmen? Indem sie den Tisch hübsch decken und vielleicht auch etwas schmücken, werden sie in die Vorbereitung des Essens mit einbezogen und haben viel Spaß dabei. Vielleicht finden die Kinder ja auf dem Heimweg von der Schule ein paar Blumen, die einen schönen Tischschmuck ergeben?

## Spielregeln für die Mahlzeiten

Tischmanieren dienen dazu, den Ablauf für alle so schön wie möglich zu gestalten. Ein kleines „Regelwerk“ für alle kann so aussehen: Alle essen zusammen am Tisch und nicht im Stehen oder Gehen. Wir schlingen unser Essen nicht, sondern essen langsam. Dann können wir auch spüren, wenn wir satt sind. Schmatzen, Schlürfen und Rülpsen am Tisch lassen wir besser sein, denn es verdirbt den anderen nur den Appetit. Wir beginnen erst mit dem Essen, wenn alle etwas auf dem Teller haben und warten dabei vor allem auf diejenigen, die das leckere Essen gekocht haben.

## Morgenstund hat Gold im Mund ...

Essen ist Genuss, und Genuss nur so nebenbei macht keine Freude! Gerade morgens ist oft wenig Zeit für ein ausgedehntes Frühstück: Da spart es Zeit, den Tisch schon am Abend zu decken, und die Kleinen können dabei auch schon mithelfen.

## Zeigt her eure Hände!

Genau wie eine schöne Tischdekoration gehört natürlich vor dem Essen auch das Händewaschen dazu und anschließend wird „Klar Schiff“ gemacht! Beim Ab- und Aufräumen helfen alle mit!

