

Dezember 2019

In diesem Newsletter

- Mensa
- Code Night
- Schüleraustausch Israel
- 10-Finger-Tastschreib-Kurs
- Yoga-Benefiz
- Abend für Elternvertreter



**Anja Noky**

## Liebe Eltern,

es sind nur noch wenige Tage bis zu den Weihnachtsferien - das heißt, die Zeit für eine wohlverdiente Pause nach dem Dezember-Stress rückt näher. Vorher wollen wir Ihnen unseren aktuellen Newsletter ans Herz legen.

Diesmal haben wir die Mensa am GYMNO unter die Lupe genommen: Wir haben mit der Mensaleitung gesprochen, dort zu Mittag gegessen und einen Einblick in die tägliche Essensversorgung der SchülerInnen und LehrerInnen am GYMNO bekommen. Wussten Sie, wie gut und üppig man dort für 4,25 Euro essen kann?

Wenn wir auf 2019 zurückblicken, hat unser SEB-Team so einiges auf die Beine gestellt: Neben dem Stand auf dem Jubiläumsschulfest (Frozen Yoghurt!) haben wir drei Code Night-Workshops (Programmieren für Unter- und Mittelstufe), das Knowledge Café (Praxisnahes Know-how für die Oberstufe), unser Forum zur Berufsorientierung INPRAXI und den alljährlichen Informationsabend für die neu gewählten Klassenelternsprecher veranstaltet.

Dass wir auch im nächsten Jahr ausreichend zu tun haben werden, dafür sorgt außerdem der Digitalpakt. Unser neuer Arbeitskreis steht hierzu in engem Kontakt zum verantwortlichen Schulteam und arbeitet sich momentan intensiv ein.

Aber erstmal ist eine Pause angesagt. Wir wünschen Ihnen und Ihrer Familie auf diesem Wege ein frohes Weihnachtsfest und ein gutes und gesundes neues Jahr!

**Herzliche Grüße**

**Ihr SEB-Vorstand**



**Viviane Després**



**Marion Wasmayr**



**Peter Stenner**

## Mischkalkulation sichert hohe Qualität

Auf das indische Linsendaal freuen sich manche Lehrer schon Tage im Voraus, den Burger-Tag verpasst kaum ein Schüler, und die übrigen Hauptspeisen sind so abwechslungsreich, dass eigentlich für jeden Geschmack etwas dabei ist. Es überrascht also nicht, dass die GYMNO-Mensa mit dem verheißungsvollen Namen „Kostbar“ an vielen Wochentagen proppenvoll ist.

„Die Straße geht seit drei Jahren stabil nach oben“, sagt Chefkoch Jörg Fromm vom Mainzer Caterer gpe (Gesellschaft für psychosoziale Einrichtungen), der seitdem mit seinem 15-köpfigen Team in der Küche das Sagen hat. 50-270 Essen bereiten sie je nach Wochentag und Stundenplan der Schüler täglich zu.

### „Wir kennen jeden Lieferanten persönlich“

Der tägliche Speiseplan richtet sich nach den Vorgaben der DGE-Standards (Deutsche Gesellschaft für Ernährung) für die Schulküche. „Wir sehen unseren Auftrag auch darin, die Kinder an gesundes Essen heranzuführen“, sagt Küchenleiterin Susanne Steckel. Fertigprodukte und Instantpulver sind deshalb tabu. Stattdessen werde alles, Salatdressings und Nudelsaucen eingeschlossen, frisch zubereitet. „Wir kennen jeden Lieferanten persönlich“, betont Fromm. Das Brot stammt vom Bäcker Diehl, die Fleischwaren von der Metzgerei Wirth, beide aus Jugenheim. Die übrigen Zutaten stammen ebenfalls von regionalen Lieferanten.

Nicht nur die Qualität des Essens kann sich sehen lassen, sondern auch der Preis. Für 4,25 Euro erhalten die Schüler eine Suppe, einen Hauptgang - wahlweise Fleisch oder vegetarisch -, Reis, Kartoffeln oder Nudeln, Gemüse, einen Beilagensalat und einen Nachtisch. Und ein Nachschlag ist auch noch dabei.

### „Am besten, sie nehmen das ganze Menü“

Ihren Durst können die Schüler mit Wasser löschen, das sie kostenlos am Automaten erhalten. Zur Kehrseite der Medaille gehört allerdings auch das: Wer auf das komplette Menü verzichtet und sich stattdessen mit einem Teller Nudeln mit Soße begnügt, zahlt ebenfalls 4,25 Euro. „Nach einem warmen Essen fühlt man sich oft richtig schlapp“, versucht Schülersprecherin Sana Raufi zu erklären, weshalb viele lediglich Nudeln mit Soße nehmen und dafür den gleichen Preis zahlen wie für ein komplettes Menü.

Der Betrag erscheint auf den ersten Blick nicht sehr kundenfreundlich. Küchenchef Fromm hat für die Mischkalkulation jedoch eine plausible Antwort: „Wir sind kein Restaurant. Das kauft seine Zutaten zu ganz anderen Konditionen ein als wir“. Doch um die hohe Qualität der Gerichte weiterhin zu gewährleisten, sei die Mensa auf die Mischkalkulation angewiesen. Sein Tipp daher an Schüler und Eltern: „Am besten die Schüler nehmen das ganze Menü“.

Oder sie stellen sich an der Salatbar auf einem großen Teller einen eigenen Salat mit verschiedenen Dressings und Toppings zusammen, der kostet nur 2,60 Euro.

Chefkoch Fromm ist gerne bereit, sich mit den Schülern zusammenzusetzen, um das Angebot zu erweitern. „Wer eine Idee hat, kann das über unseren Briefkasten tun, der am Mensaeingang hängt.“ Auch eine eigene Email-Adresse gibt es: [schulkuiche.no@gpe-mainz.de](mailto:schulkueche.no@gpe-mainz.de).

**Text und Fotos: Anuschka Weisener**



*Fischgericht mit Kartoffeln, Kohlrabi-Gemüse, Bohnen und einem selbst zusammengestellten Beilagen-Salat*



*Nudeln mit Soße von der Pastabar*

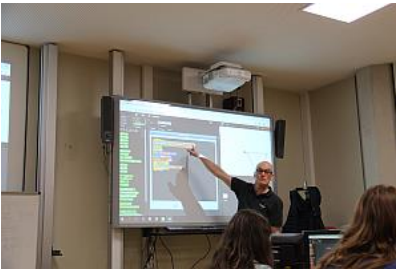


*Die Pastabar ist für viele Schüler jeden Mittag eine wichtige Anlaufstelle*

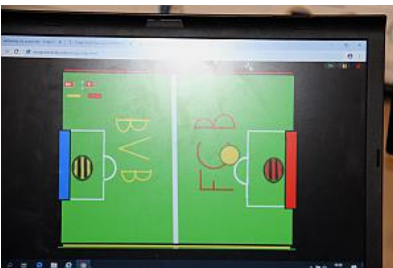


*Auf gesunde Ernährung der Schüler kommt es dem Mensateam an*

## Schüler programmieren bei der Code Night eigene Spiele



*Initiator der Code Nights am GYMNO, Michael Tobian*



*Mehr als 30 Schüler programmierten ihr eigenes Airhockey-Spiel*



*Von vielen Seiten kam der Wunsch nach einer Programmier-AG auf*

Anfang November war es wieder soweit: Etwa 50 Schülerinnen und Schüler des GYMNO versammelten sich zur vierten Code Night, um unter der Anleitung engagierter Eltern für zwei Stunden in die Welt des Programmierens einzutauchen.

Die Code Nights sind ein Angebot des Schulleiterbeirates (SEB), in denen wir Kindern zeigen, dass Computer und Software nicht nur zum Konsum taugen, sondern auch tolle Möglichkeiten bieten, mit viel Spaß kreativ zu werden. Kinder lernen, dass Software ein Werkzeug ist, mit dem man Musik, Grafik, Filme und Spiele entwickeln kann.

Ziel ist es, Schülerinnen und Schüler ab Klasse 7 spielerisch an die Programmierung und Erstellung von Software heranzuführen. Das Format soll Lust machen, sich kreativ mit Programmierung zu beschäftigen. Schließlich durchdringen Software und Informationstechnologie immer mehr unsere Arbeits- und Erlebniswelten.

Im ersten Projektraum drehte sich alles um das Sirpinsky-Dreieck, das die vier Teilnehmerinnen regelrecht zum Leben erweckten. Schon nach knapp einer Stunde bestaunten sie gemeinsam, wie anhand ihrer SNAP-Programmierung Dreiecke entstanden und sich in selbstdefinierten Farben und Bewegungen in Spiralen und Feuerwerke verwandelten.

Auf den zweiten SNAP-Workshop gab es einen regelrechten Run – über 30 Teilnehmer wollten ihr eigenes Airhockey-Spiel programmieren. Zusätzliche Herausforderung war der teilweise sehr unterschiedliche Kenntnisstand, aber Dank der strukturierten und geduldigen Anleitung des Kursleiters konnten alle folgen. Mehrere zusätzliche Co-Trainer konnten bei individuellen Problemen direkt am Gerät unterstützen, so dass schließlich auf jedem Bildschirm der Puck munter hin- und hergespielt werden konnte.

Eine dritte Gruppe widmete sich dem Thema RaspberryPi. Neben einer Einführung in die Administration des Systems konnten sich die Teilnehmer einen Überblick über die Programme verschaffen und individuelle Fragen zu Ausprägungsmöglichkeiten diskutieren.

Am Ende des Abends kamen von allen Workshops sehr positive Rückmeldungen, explizite Wünsche nach einer höheren Frequenz, Folgekursen oder vielleicht sogar einer eigenen Programmier-AG zeugen von dem Interesse an diesem Thema und der Dankbarkeit, dass die Code Nights angeboten werden. Fazit des Abends: Es hat sich absolut gelohnt!

**Text: Mechthild Görke und Oliver Kuntze**

## Neuer Schüleraustausch mit Israel

Wie die Schulleitung jetzt mitteilte, plant das GYMNO mittelfristig einen Austausch mit einer Schule in Jerusalem. Schülerinnen und Schüler haben dann die Möglichkeit im Rahmen einer Studienreise nach Israel zu reisen. Als Vorbereitung für diesen Schüleraustausch soll es nach der aktuellen Ausstellung „Givat Haviva! Sprich mich an!“ am 12.02.2020 um 19.30 Uhr einen Vortragsabend zum Thema „Friedensarbeit in Israel“ geben.

## 10-Finger-Tastschreib-Kurs

Der SEB bietet Schülerinnen und Schülern ab Jahrgangsstufe 7 einen Kurs zum 10-Finger-Tastschreiben an. Kurs 1 startet am 14.01.2020 und endet am 17.03.2020, Kurs 2 startet am 24.03.2020 und endet am 19.05.2020, jeweils von 13:45 Uhr – 15:15 Uhr. Ort ist der Computerraum 2, im Gebäude A. Die Kosten inklusive Lehrmaterial belaufen sich auf 58 Euro. Anmeldungen bitte bis zum 18.12.2019 an die VHS Bingen über die Homepage [www.vhs-bingen.de](http://www.vhs-bingen.de), telefonisch unter 06721/30885- 0 oder per Mail [service@vhs-bingen.de](mailto:service@vhs-bingen.de)

Folgende Daten bitte bei der Anmeldung angeben: R70162 (Kurs 1) bzw. R70162A (Kurs 2) Tast- oder Computerschreiben (Kurs für Schüler/innen des Gymnasium Nieder-Olm).

## Yoga für den guten Zweck

Überwältigt von der Hilfsbereitschaft einer Elterninitiative am GYMNO zeigte sich eine Familie, deren Haus im September in Brand geraten war. Bei der Spendenaktion kamen rund 1500 Euro zusammen. Verletzt wurde bei dem Brand glücklicherweise niemand, doch Feuer und Rauch zerstörten das gesamte Hab und Gut der sechsköpfigen Familie. Zwei der vier Kinder besuchen das Gymnasium Nieder-Olm.

Um der Familie beim Wiederaufbau ihrer Existenz ein wenig zu helfen, organisierten zwei Mütter aus der 6. Klasse einen Benefiz-Yogatag.

Tina Treitz und Romana Stanic gelang es, mehrere Yogalehrer für diesen Tag zu gewinnen, sie ließen Flyer drucken und mobilisierten die gesamte Klasse 6d. Die Kinder bastelten mit Klassenlehrerin Katerina Wolf Spendendosen und Plakate. Die Flyer verteilten sie an einem Nachmittag in ganz Nieder-Olm. Kaum ein Haushalt, Friseursalon oder Geschäft, das nicht beliefert wurde.

Am Aktionstag konnten Interessierte gegen eine Spende einen ganzen Tag lang im Stundentakt einen Yogakurs besuchen. Sogar spezielle Kinder-Kurse wurden angeboten. An der Aktion beteiligten sich auch der Yogaraum Nieder-Olm und das „Tanz und Gloria“. Diesen beiden Einrichtungen sowie allen Yoga-Teilnehmern, den zahlreichen Kuchenspendern, Helferinnen und den Kindern sprachen die beiden Initiatorinnen ihren ausdrücklichen Dank aus.

**Text: Anuschka Weisener**

**Fotos: Romana Stanic**

## Abend für neugewählte Elternvertreter

Wie auch schon in den letzten Jahren hat der SEB diesen Oktober einen Abend für neugewählte Elternvertreter angeboten. In lockerer Runde informierte Isabel Neubauer über die Rechte und Pflichten als Elternvertreter, aber es gab auch viele praktische Tipps und wie die Elternarbeit an unserer Schule üblicherweise gehandhabt wird.

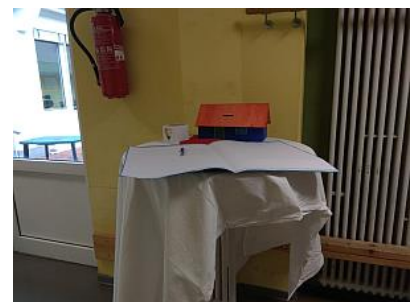
Alle die nicht kommen konnten finden hier auf den Seiten des SEB einige Hinweise aus einer der früheren Veranstaltungen:

<https://gymno.net/dateien/pdf/2017-09-24-10-38-30-194.pdf>

**Marc Neuhaus**



*Der Platz für die Yogalehrerin ist schon eingerichtet. Wenig später nehmen rund 10 Kinder im Alter von 6 bis 9 Jahren an einem extra für ihre Altersklasse konzipierten Yogakurs teil.*



*Rund 1500 Euro befanden sich am Ende des Benefiz-Yogatages in den selbst gebastelten Spendendosen in Form eines Hauses.*



*Neben einem üppigen Kuchenbuffet standen für die Teilnehmer auch Getränke bereit, die sie gegen eine Spende erwerben konnten.*