



# Hans-Claussen-Schule Pinneberg

✉ Elmshorner Str. 52, 25421 Pinneberg

☎ 04101 730 76

@ [hcs.pinneberg@schule.landsh.de](mailto:hcs.pinneberg@schule.landsh.de)

Pinneberg, 03.12.2025

Liebe Eltern der HCS,

bevor Sie von mir den Weihnachtsbrief vor den Ferien bekommen, möchte ich Ihnen gern vorab noch ein paar wichtige Informationen mitteilen.

- Am letzten Schultag vor den Weihnachtsferien (**Mittwoch 18.12.24**) endet der Unterricht um **11.50 Uhr**. Eine Notbetreuung wird es bis 12.45 Uhr geben.
- Am 06.12.24 findet der Nikolausgottesdienst in der Heilig-Geist-Kirche von 11.00-11.50 Uhr für die ganze Schule statt.

- Wir bemühen uns an unserer Schule immer wieder, das Bewusstsein für eine gesunde Ernährung zu fördern, welches wir durch die Obsttage und den Ernährungsführerschein noch unterstützen.

Leider haben wir in letzter Zeit immer wieder feststellen müssen, dass neben Nutellabrotten auch Süßigkeiten und Chips, „YumYum“ etc. in den Brotdosen mitgebracht werden.

Natürlich geht es nicht darum, grundsätzlich Süßigkeiten zu verbieten, wir möchten auf jeden Fall den „Leckeren Mittwoch“ und die Geburtstagssüßigkeiten beibehalten. Aber wie heißt so schön der Spruch: „Die Ausnahmen bestätigen die Regel“. Leider können wir die Ausnahmen nicht für die Brotdosen gelten lassen, da nicht alle Eltern die Ausgewogenheit wahren können und dann ausschließlich Chips, Gummibären und Schokobrötchen einpacken. Also bleibt uns nur das „Entweder-Oder-Prinzip“.

Süße Aufstriche und Speisen enthalten viel Energie durch Zucker und/oder Fett und nur wenig Vitamine und Mineralstoffe. Außerdem steigt nach der Aufnahme der Blutzuckerspiegel zunächst schnell an, sinkt dann aber auch wieder genauso schnell. Folge davon kann ein Leistungstief sein: Die Kinder fühlen sich müde und schlapp und ein unkonzentriertes Verhalten ist die Folge.

Bei einem ungesunden Frühstück in der Brotdose wird es im demnächst einen Hinweis darauf im Schülerbuch geben. Bitte helfen Sie uns dieses Vorhaben umzusetzen, es geht hier um die Kinder und das Leben gemeinsamer Werte.

- Zum Schluss möchte ich Sie noch einmal daran erinnern, an unserer Fundgrube vorbeizuschauen, da sich dort mittlerweile wieder viele Kleidungsstücke angesammelt haben und wir diese nur noch bis zu den Weihnachtsferien aufbewahren können.

Jetzt bleibt mir nur noch, Ihnen und Ihrer Familie eine wunderschöne Adventszeit zu wünschen!

Herzliche Grüße

Andrea Heinichen  
Konrektorin

