

**Statement**

von Prof. Dr. Christoph Straub  
Vorstandsvorsitzender der BARMER

anlässlich der Vorstellung  
der Ernährungsinitiative der BARMER mit der Sarah Wiener Stiftung,  
Ich kann kochen!,  
am 22. September 2017 in Hamburg

Mehr als jeder zehnte Erstklässler in Hamburg ist viel zu dick. Laut der Schuleingangsuntersuchung wurde im Jahre 2016 bei 10,1 Prozent unter ihnen Übergewicht diagnostiziert. Fast fünf Prozent aller Kinder in diesem Alter sind sogar adipös, also fettleibig. Diese Zahlen sind Besorgnis erregend. Denn die zusätzlichen Kilos können zu massiven Folgeerkrankungen führen. So hat sich bundesweit die Anzahl der Jugendlichen mit Diabetes Typ 2 in den letzten zehn Jahren verfünffacht. Hinzu kommen die psychischen Belastungen durch Übergewicht, sei es im Sportunterricht oder auf dem Schulhof durch Hänseleien. Es gibt also zahlreiche triftige Gründe, warum sich die BARMER in Hamburg und auch bundesweit seit vielen Jahren für die Gesundheitsförderung in Kitas und Schulen einsetzt. Zusammen mit der Sarah Wiener Stiftung schlagen wir nun ein neues Kapitel auf und werden Deutschlands größte präventive Ernährungsbildungsinitiative für Kinder, Ich kann kochen!, auch in Hamburg starten.

## **Ausgewogene Ernährung und deren Zubereitung ist kein Hexenwerk**

Binnen fünf Jahren wollen wir bundesweit über eine Millionen Kita- und Grundschulkinder dazu bringen, sich abwechslungsreich und mit Genuss zu ernähren. Dazu richtet sich unsere Initiative an gut 50.000 pädagogische Fach- und Lehrkräfte. In Hamburg wollen wir im Jahr 2017 rund 250 Pädagogen schulen, die Kita- und Schulkinder für gesunde Ernährung begeistern. Sie können im Alltag wesentlich dazu beitragen, Kindern zu zeigen, dass eine ausgewogene Ernährung und deren Zubereitung kein Hexenwerk sind. Und dass nicht nur Pommes mit Ketchup, Tiefkühl- oder Fertiggerichte, sondern auch frisches Obst und Gemüse schmecken. Bei Ich kann kochen! entdecken Kinder frische Nahrungsmittel neu, je früher, desto besser. Denn nur das, was sie kennen, können sie auch mögen.

## **Im Fokus stehen Einrichtungen in sozialen Brennpunkten**

Mit unserer Initiative wenden wir uns über die Pädagogen an Kinder im Kita- und Grundschulalter. Ihnen vermitteln wir das „ABC einer ausgewogenen Ernährung“. Dazu gehören die wichtigsten Warengruppen und Küchentechniken, damit sie mit Kindern in ihrer Einrichtung frische, leckere Mahlzeiten zubereiten können. Ein Kernelement unserer Initiative ist, dass wir Kindern so letztlich die Lust am Kochen näherbringen. Dafür erhalten Pädagogen in Hamburg in den nächsten Jahren zahlreiche praxisnahe Fortbildungen, bei denen sie auch selbst den Kochlöffel in die Hand nehmen und saisonale Gerichte ausprobieren können. Im Fokus stehen dabei Einrichtungen in sozialen Brennpunkten oder in Stadtteilen mit besonders vielen übergewichtigen Heranwachsenden. So schwankt in Hamburg die Verteilung der extrem übergewichtigen Kinder stark. In Wilhelmsburg beträgt der Anteil zu dicker Schulanfänger 11,45 Prozent und in Billstedt 9,79 Prozent, während es in wohlhabenden Stadtteilen wie Sasel nur 0,87 Prozent, in Blankenese 0,64 Prozent und in Poppenbüttel nur 0,36 Prozent sind. Damit ich nicht falsch verstanden werde, selbstverständlich laden wir alle Einrichtungen herzlich ein, sich an unserer Ernährungsinitiative zu beteiligen. Aber allem voran möchten wir an Kitas und Schulen in Bezirken wie eben Wilhelmsburg oder Billstedt appellieren, bei Ich kann kochen! mitzumachen. Eine zentrale Voraussetzung für die Teilnahme einer Einrichtung ist ihr nachhaltiges Engagement. Die Initiative soll ganz im Sinne des Prä-

ventionsgesetzes nachhaltig etwas bewirken. Dies wollen wir auch damit fördern, indem Pädagogen und Erzieher im Anschluss an eine Ich kann kochen!-Fortbildung 500 Euro bei der BARMER zur Förderung des Projektes an ihrer Einrichtung beantragen können.

Ein wichtiger Bestandteil soll auch sein, dass Kinder zuhause von ihren Koch- und Esserfahrungen erzählen und ihre neuen Lieblingsrezepte oder Ideen mitbringen. Um die Familien einzubeziehen, erhalten die Eltern alle relevanten Informationen und werden zum Mitmachen motiviert. Unser Ziel ist es, gemeinsam mit allen Beteiligten aus Kindern genussvolle Esser und kreative Köche zu machen.

### **Werbung für gesunde Ernährung ist gesamtgesellschaftliche Aufgabe**

Als Krankenkasse gehen wir mit Ich kann kochen! in Punkto Prävention aktiv voran. Weil man damit nicht früh genug starten kann, setzen wir im Rahmen des seit dem Jahr 2016 geltenden Präventionsgesetzes bewusst schon bei Heranwachsenden an. Wir wissen aber auch, dass unsere Kooperation mit der Sarah Wiener Stiftung nur ein Schritt ist, damit Heranwachsende auf den Geschmack des gesunden Essens kommen. Für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung zu werben ist am Ende eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe. Was wir heute in eine ausgewogene Ernährung unserer Kinder investieren, sparen wir morgen an Ausgaben zur Behandlung von Fettleibigkeit und Diabetes Typ 2. Aber hier geht es um viel mehr als eine Kosten-Nutzen-Rechnung. Eine ausgewogene Ernährung für Kinder sollte uns allen eine Herzensangelegenheit sein. Als Krankenkasse leisten wir dazu gerne unseren Beitrag und hoffen, mit unserem Präventionsprojekt viele Kinder, aber auch deren Eltern, Kitas, Schulen, deren Träger und die Dienstleister in der Verpflegung zu erreichen.