

## Pressemitteilung

Ich kann kochen! - Initiative für praktische Ernährungsbildung

### **Mehr als 1.200 Genussbotschafter für Sachsens Kinder**

Dresden, 24. Januar 2019 – Deutschlands größte Initiative für praktische Ernährungsbildung von Kindern im Kita- und Grundschulalter ‚Ich kann kochen!‘ zieht eine positive Zwischenbilanz. In Sachsen haben die Initiatoren BARMER und Sarah Wiener Stiftung in den vergangenen zwei Jahren bereits 113 Schulungen durchgeführt. Mehr als 1.200 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus 632 Kitas, Schulen, Horten und außerschulischen Lernorten wurden im pädagogischen Kochen ausgebildet. Als sogenannte Genussbotschafter kochen sie nun gemeinsam mit den Kindern in ihrer Einrichtung. „Mit ‚Ich kann kochen!‘ erreichen wir auch die Kinder, denen zu Hause eine gesunde Ernährung nicht vorgelebt wird. Im Jahr 2019 fördern wir teilnehmende Einrichtungen wieder mit bis zu 500 Euro für den Einkauf von Lebensmitteln“, sagt Dr. Fabian Magerl Landesgeschäftsführer der BARMER in Sachsen. Die Kasse hat bereits über 100 Ernährungsprojekte in sächsischen Einrichtungen gefördert.

#### **Kinder, die kochen können, ernähren sich gesünder**

Verschiedene Studien belegen, dass sich immer weniger Kinder mit Lebensmitteln und ausgewogener Ernährung auskennen. Immer seltener wird in Familien frisch gekocht. Wichtiges Alltagswissen geht verloren. Gleichzeitig nehmen ernährungsbedingte Krankheiten bei Kindern zu. Dieser Entwicklung möchte ‚Ich kann kochen!‘ entgegenwirken. „Mädchen und Jungen, die kochen können, ernähren sich gesünder. Denn sie lernen nicht nur Frische und Vielfalt kennen. Mit dem Wissen um Zutaten und ihrer Zubereitung können schon die Kleinsten Verantwortung für ihren Körper übernehmen“, sagt Anja Schermer, Vorstandsmitglied und geschäftsführende Vorständin der Sarah Wiener Stiftung. Der beste Weg, Kinder an gesundheitsbewusste Ernährung heranzuführen, sei, ihnen eigene Erfahrungen an Kochtopf und Schneidebrett zu ermöglichen. Ich kann kochen! will bundesweit zehn Prozent aller Kitas und Grundschulen und so mehr als eine Million Kinder erreichen.

Infos und Termine: <https://ichkannkochen.de/mitmachen/fuer-paedagoginnen/>

**Landesvertretung**

**Sachsen**

Zellescher Weg 21  
01217-Dresden

[www.barmer.de/presse-sachsen](http://www.barmer.de/presse-sachsen)  
[www.twitter.com/BARMER\\_SN](https://www.twitter.com/BARMER_SN)

[presse.sn@barmer.de](mailto:presse.sn@barmer.de)

Claudia Szymula  
Tel.: 0800 333 004 152-231  
[claudia.szymula@barmer.de](mailto:claudia.szymula@barmer.de)