

Pressemitteilung

„Ich kann kochen!“: Elbkinder-Kita Achtern Born und BARMER fördern die gesunde Ernährung der Kinder

Hamburg, 28. Mai 2018 – In der Elbkinder-Kita Achtern Born in Hamburg Osdorf/Lurup wird gesund gekocht. Einmal monatlich lernt eine Gruppe Kinder in der Küche der Kita frische regionale Lebensmittel kennen und wie man sie zubereitet. Ideengeber ist das Präventionsprojekt „Ich kann kochen!“ von BARMER und Sarah Wiener Stiftung. Die Initiative ist die bundesweit größte für praktische Ernährungsbildung von Kita- und Grundschulkindern. Um die Kleinen mit Spaß an gesunde Ernährung heranzuführen, werden bei „Ich kann kochen!“ pädagogische Fach- und Lehrkräfte durch kostenlose Fortbildungen qualifiziert, mit Kindern in ihren Einrichtungen zu kochen.

Zudem fördert die BARMER die teilnehmenden Schulen und Kitas mit bis zu 500 Euro für den Kauf von Lebensmitteln, damit sie in ihren Einrichtungen Ernährungskurse mit den Kindern umsetzen können. „Immer weniger Kinder lernen, wie sie sich gesund und ausgewogen ernähren. Wir möchten Kitas und Grundschulen mit „Ich kann kochen!“ ermuntern, selbst aktiv zu werden. Es geht darum, mit den Mädchen und Jungen zu kochen und dabei Ernährungswissen und Küchentechniken zu vermitteln. Unser Ziel ist es, dauerhaft etwas zu verändern“, sagt Monika Bagan, Regionalgeschäftsführerin der BARMER in Altona.

Kochen mit allen Sinnen

Von der Elbkinder-Kita Achtern Born hatte Ilka Möller an einer Ich kann kochen!-Fortbildung teilgenommen. Beim sogenannten „Aktionsdienstag“ am 29. Mai gibt die Pädagogin das Erlernte an die Kinder weiter. 6 Mädchen und Jungen schnippeln und schälen, gemeinsam kochen sie eine Gemüsesuppe. Dabei helfen die Großen den Kleinen. „Das steigert die Sozialkompetenz, ein positiver Nebeneffekt der Aktion“, sagt Ilka Möller. „Unser Hauptanliegen ist aber, den Kindern zu zeigen, dass gesundes Essen auch schmecken kann. Das funktioniert am besten, wenn man sie selbst kochen lässt.“ Probieren, riechen, anfassen und kleckern ist dabei ausdrücklich erlaubt, wobei auf die Küchenhygiene geachtet wird, denn auch darüber lernen die Kinder in dieser Unterrichtseinheit. Ebenso, wie man Rezepte liest und danach kocht. Der Wunsch von Kita, BARMER und Sarah Wiener Stiftung ist, dass die Kinder das Erlernte beibehalten und in ihre Familien tragen.

**Landesvertretung
Hamburg**

Hammerbrookstraße 92
20097 Hamburg

www.barmer.de/presse-hamburg
www.twitter.com/BARMER_HH
presse.hamburg@barmer.de

Torsten Nowak
Tel.: 0800 333 004 651-131
torsten.nowak@barmer.de

Mehr über „Ich kann kochen!“ unter www.ichkannkochen.de.