



Über 1.100 Genussbotschafter für Niedersachsens Kinder Zwischenbilanz der Initiative Ich kann kochen!

Hannover, 30.01.2019 – Möhren schälen, Gurken schneiden, Kartoffeln stampfen: Die bundesweit größte Initiative für praktische Ernährungsbildung Ich kann kochen! möchte Kindern im Kita- und Grundschulalter vermitteln, wie gut eine ausgewogene Ernährung schmeckt. Nun die positive Zwischenbilanz: In Niedersachsen haben die Initiatoren BARMER und Sarah Wiener Stiftung in den vergangenen zwei Jahren bereits 1.145 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus 666 Kitas, Schulen, Horten und außerschulischen Lernorten im pädagogischen Kochen ausgebildet. Als sogenannte Genussbotschafter kochen sie nun gemeinsam mit den Kindern in ihrer Einrichtung. Im Land Bremen sind es bislang 53 Genussbotschafter in 33 Einrichtungen. „Mit Ich kann kochen! erreichen wir auch die Kinder, denen zu Hause eine gesunde Ernährung nicht vorgelebt wird. Auch im Jahr 2019 fördern wir teilnehmende Einrichtungen mit bis zu 500 Euro für den Einkauf von Lebensmitteln“, sagt Heike Sander, Landesgeschäftsführerin der BARMER Niedersachsen und Bremen.

Kinder, die kochen können, ernähren sich gesünder

Verschiedene Studien belegen, dass sich immer weniger Kinder mit Lebensmitteln und ausgewogener Ernährung auskennen. In immer weniger Familien wird 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. 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.

Interessierte Erzieher/innen und Lehrer/innen können sich unter www.ichkannkochen.de/mitmachen informieren und anmelden. Nach der Teilnahme sind die Pädagogen qualifiziert, mit Kindern in ihren Einrichtungen zu kochen.