



Pressemitteilung

Ich kann kochen! bildet Pädagogen zu Genussbotschaftern aus Ernährungsbildungsinitiative von Sarah Wiener Stiftung und BARMER zu Gast in Mayen

Mayen, 26. September 2017. Lehrer sowie Erzieher aus Mayen und Umgebung haben sich bei einem eintägigen Workshop in der Katholischen Familienbildungsstätte in Mayen von der Initiative Ich kann kochen! zu Genussbotschaftern fortbilden lassen. „Ich kann kochen! ist Deutschlands größte Ernährungsinitiative für Kita- und Grundschul Kinder. Mit ihr entdecken Kinder, dass gesunde Ernährung Spaß macht und schmeckt“, sagte Roland Geisbüsch, Regionalgeschäftsführer der BARMER in Mayen. Initiatoren von Ich kann kochen! sind die Sarah Wiener Stiftung und die BARMER.

Geisbüsch ergänzte: „Die BARMER engagiert sich in Rheinland-Pfalz seit vielen Jahren für die Gesundheitsförderung in Kitas und Schulen. Ich kann kochen! hat das Ziel, das Ernährungsbewusstsein und die Ernährungsbildung von Kindern zu fördern.“ Die Initiative zeige Mädchen und Jungen in Kitas, Schulen und außerschulischen Lernorten zum Beispiel wie Kohlrabi aussieht, welche verschiedenen Farben Tomaten haben können und was sich aus frischen Lebensmitteln alles zubereiten lässt. Anja Schermer, Geschäftsführerin der Sarah Wiener Stiftung, erklärte: „Indem wir Heranwachsenden Lust aufs Kochen machen und ihnen Kochkompetenz vermitteln, verankern wir gesunde Ernährung als alltäglichen Bestandteil im Leben der Kinder.“

Kern der Initiative sind kostenfreie Fortbildungen für pädagogische Fach- und Lehrkräfte zu Genussbotschaftern. Diese werden dafür qualifiziert, in ihren Einrichtungen praktische Koch- und Ernährungskurse für Kinder anzubieten. Eine solche Qualifizierung erhielten Pädagogen nun in der Katholischen Familienbildungsstätte. Die Fortbildung vermittelte wertvolle Informationen zur Ernährungssituation und zum Ernährungsverhalten von Kindern sowie nützliche Hinweise für das Kochen mit Kindern.

Stephanie Fromme, die als Ich kann kochen!-Trainerin die Fortbildung leitete, sagte: „Wichtig ist, sich als Pädagoge gut vorzubereiten auf die Kochstunde mit den Kindern. So gelingt es, die Nachwuchsköche gelassen und offen anzuleiten und in der Zubereitung der Speisen zu stärken.“ Zudem gab sie den Hinweis, die Kinder in der Kochstunde nicht zu überfordern: „Es gilt, Schritt für Schritt zu erklären. Zum Beispiel erst die Bedeutung von Hygiene in der Küche, erst danach die Küchenutensilien. Auch sollte man Ideen von Kindern beim Kochen zulassen.“

Eingeübt wurde das neu erworbene Wissen in der Lernküche der Bildungsstätte, wo die Lehrer und Erzieher saisonale Gerichte wie Gemüseschnecken und Kartoffel-Möhren-Stampf zubereiteten. Trainerin Fromme sagte: „Wir müssen Kinder alltagsnah und frühzeitig für eine vielseitige Ernährung begeistern. Der Griff zu Schneidebrett und Kochlöffel macht Essen für Kinder zum Erlebnis.“ Das gemeinsame Kochen vermittele praxisnahes Ernährungswissen und fördere wirkungsvoll die Gesundheit der Kinder. Das neu erworbene Wissen lasse sich von pädagogischen Fachkräften bestens einsetzen, um integriert in den Kita-Alltag, den Unterricht, in Arbeitsgruppen oder als Projekt Koch- und Ernährungskurse anzubieten.



Pädagogen und Bildungsträger, die Kinder auf den Geschmack gesunder Ernährung bringen möchten, können sich auf www.ichkannkochen.de informieren und kostenfrei zur Teilnahme an einer Fortbildung anmelden.

Bildunterzeile:

Stephanie Fromme (M.) und Roland Geisbüsch (2.v.l.) mit Lehrern sowie Erziehern aus Mayen und Umgebung, die sich von der Initiative Ich kann kochen! zu Genussbotschafterinnen an der Katholischen Familienbildungsstätte fortbilden lassen.

Foto: BARMER

Über die Initiatoren von Ich kann kochen!

„Für gesunde Kinder und was Vernünftiges zu essen“ ist seit 2007 die Mission der Sarah Wiener Stiftung. Gründerin Sarah Wiener möchte, dass Kinder und Jugendliche zu ausgewogenen Essern, kreativen Köchen und informierten Konsumenten heranwachsen. Die BARMER will Kindern alle Chancen öffnen, damit sie gesund ins Leben starten können. In den kommenden Jahren will die Initiative 50.000 pädagogische Fach- und Lehrkräfte fortbilden und so mehr als eine Million Kinder zu erreichen. Ich kann kochen! ist IN FORM-Projekt der Bundesregierung.

Kontakt:

Boris Wolff, Landespressesprecher
BARMER Landesvertretung Rheinland-Pfalz/Saarland
Tel.: 0800 33 30 04 45 22 31
Mobil: 0151 18 23 42 86
E-Mail: boris.wolff@barmer.de

Anne Lorenz, Leiterin Kommunikation
Sarah Wiener Stiftung
Tel 030 70 71 80 262
Mobil: 0176 20 20 69 89
E-Mail: lorenz@sw-stiftung.de

Weitere Informationen und Bildmaterial: www.ichkannkochen.de/presse.