

Ernährungskampagne für Kinder – Ich kann kochen!

26. April 2016

BARMER GEK und Sarah Wiener Stiftung mit bundesweiter Ernährungsinitiative



„Für gesunde Kinder und was Vernünftiges zu essen“ ist seit 2007 die Mission der Sarah Wiener Stiftung. Antrieb für Stiftungsgründerin und TV-Köchin Sarah Wiener ist das schwindende Wissen der Kinder über Zubereitung, Herkunft und Vielfalt der Lebensmittel. Nachfolgende Generationen verlieren den Bezug zur Ess- und Kochkultur und die Fähigkeit, sich selbstbestimmt und gesund zu ernähren.

Kern der Stiftungsarbeit sind Train-the-Trainer-Schulungen für Menschen, die mit Kindern arbeiten und leben, sogenannte GenussbotschafterInnen. Die Sarah Wiener Stiftung stattet ihre GenussbotschafterInnen mit theoretischem und praktischem Wissen aus, das diese möglichst hürdenlos in Koch- und Ernährungskursen an Kinder in Kindergärten, Kitas und Schulen weitergeben.

Mit diesem Prinzip erreicht die Stiftung in derzeit gut 650 Einrichtungen jedes Jahr tausende Kinder. Das Team der Sarah Wiener Stiftung wird gemeinsam mit der BARMER im ganzen Bundesgebiet in Train-the-Trainer-Schulungen Genussbotschafterinnen (z.B. LehrerInnen und ErzieherInnen) ausbilden. Geplant sind bis zu 50 Schulungen pro Monat an unterschiedlichen Orten mit Gruppengrößen von durchschnittlich 20 TeilnehmerInnen. Die GenussbotschafterInnen werden sensibilisiert und befähigt, Kochkurse anzubieten und die Ernährungsbildung der Kinder sowie die Ernährungssituation in den Einrichtungen zu verbessern.

Zu der Ernährungsinitiative gehört der Aufbau einer Datenbank mit Bildungsmaterialien, die Rezepte, Spiele, Experimente sowie Erfahrungsberichte und Tipps rund um das Thema Ernährung beinhaltet. Die Datenbank liefert Material für den Schulunterricht und den Kindergartenalltag.

Unter www.ichkannkochen.de finden alle Interessierten weitere Informationen rund um die Initiative. Die Sarah Wiener Stiftung bietet jetzt schon laufend Train-the-Trainer-Schulungen an, ab Mitte 2016 startet dann das breit angelegte Weiterbildungsangebot gemeinsam mit der BARMER. Die Registrierung für die

Schulung erfolgt ebenfalls online auf der genannten Webseite. Dort können pädagogische Fach- und Lehrkräfte ab sofort auch ihr Interesse bekunden.

Infos und Rezept zum Download

-  [Ich kann kochen.pdf \(545,8 KiB\)](#)
-  [Gemüsesandwich mit Zucchini und Tomate.pdf \(258,4 KiB\)](#)

- [Mail](#)

- [Ernährung](#)
- [Ernährungsbildung](#)