



Gemeinsam für bessere Ernährung bei Kindern sorgen

Bundesminister Özdemir unterstützt Ich kann kochen!

Stuttgart, 07.03.2024 – Wer selbst kocht, kann sich besser gut ernähren. **Daher unterstützt Bundesernährungsminister Cem Özdemir das Ziel der Initiative Ich kann kochen!, rund zwei Millionen Kinder bis zum Jahr 2026 das Basiswissen für eine gesunde Ernährung zu vermitteln.** Bisher wurden 1,4 Millionen Kinder erreicht. Dazu möchte Deutschlands größte Initiative für praktische Ernährungsbildung von Kita- und Grundschulkindern von der Sarah Wiener Stiftung und der BARMER in jeder fünften Kita und fünften Grundschule Fach- und Lehrpersonal zu Genussbotschafterinnen und Genussbotschaftern weiterbilden.

Dies kündigten Stiftung und Krankenkasse am Donnerstag auf einer Pressekonferenz mit Bundesminister Özdemir in Stuttgart an. Dabei ging es um Ansätze, gemeinsam für eine gesunde Ernährung in der Kita und der Schule zu sorgen. Dies ist auch ein Ziel der kürzlich vorgestellten Ernährungsstrategie der Bundesregierung. Ich kann kochen! setzt dieses bereits seit der Gründung im Jahr 2015 in die Praxis um.

Bundesminister für Ernährung und Landwirtschaft Cem Özdemir sagte: „Kinder kochen gerne mit – Zutaten abwägen, Gemüse schnippeln und am Ende das fertige Gericht servieren. Dabei können sie ganz nebenbei lernen, wie sie sich ihr Leben lang gut, gesund und nachhaltig ernähren. Leider wird dieses Können noch viel zu selten in Kindergarten und Schule vermittelt. Daher unterstütze ich das Engagement der Sarah Wiener Stiftung und der BARMER, möglichst vielen Kindern das Kochen nahezubringen und Erzieherinnen, Erzieher sowie Lehrkräfte zu Genussbotschafterinnen und Genussbotschaftern weiterzubilden. Auch das Bundeszentrum für Ernährung bietet diese Möglichkeiten mit den Ernährungsbildungsprogrammen ‚Ernährungsführerschein‘ und ‚SchmExperten‘. Beides ist ganz im Sinne unserer Ernährungsstrategie, mit der wir gutes Essen für alle leichter machen wollen.“

Rund 182.000 Kinder im Alter bis neun Jahren nachweislich adipös

Bei der Ernährungsbildung von Kindern herrsche Handlungsbedarf, sagte der Vorstandsvorsitzende der BARMER, Prof. Dr. med. Christoph Straub, mit Blick auf Zahlen aus dem jüngsten Arztreport der Krankenkasse. Demnach waren im Jahr 2022 in Deutschland rund 182.000 Kinder im Alter bis neun Jahren nachweislich adipös. „Fettleibigkeit steigert das Risiko für



Folgeerkrankungen wie Typ-2-Diabetes, Bluthochdruck und Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Ich kann kochen! steuert durch gezielte Ernährungsbildung bereits in früher Kindheit gegen. Bis zum Jahr 2026 sollen insgesamt 40.000 Genussbotschafterinnen und Genussbotschafter an der Initiative teilnehmen“, so Straub. Bisher habe die Initiative mehr als 28.000 Fachkräfte entsprechend fortgebildet. Trotz dieser beachtlichen Zahl solle Ich kann kochen! weiter wachsen. Kitas, Grundschulen und Horte seien deshalb aufgerufen, Genussbotschafter kostenfrei ausbilden zu lassen. Alle teilnehmenden Einrichtungen fördere die BARMER gemäß des ‚Leitfadens Prävention‘ einmalig mit 500 Euro.

Gesunde und ausgewogene Ernährung durch Ich kann kochen!

Durch Ich kann kochen! erleben Kinder laut Stiftungsgründerin Sarah Wiener mit allen Sinnen, wie viel Spaß es macht, Lebensmittel zu entdecken, sich gesund und ausgewogen zu ernähren und zu kochen. „Wer schon früh lernt, sich selbst eine gute und geschmackvolle Mahlzeit aus frischen und einfachen Zutaten zuzubereiten, lernt fürs Leben und ist nicht angewiesen auf Fertigprodukte und Fastfood. Ich kann kochen! berücksichtigt auch gezielt die Kinder, die wenig über Lebensmittel und Kochen wissen. In den Kitas und Schulen erreichen wir alle Kinder, unabhängig ihrer sozialen Herkunft. Das ist ein wichtiger Punkt in der Ernährungsstrategie, den wir ausdrücklich begrüßen! Lassen Sie uns gemeinsam gutes Essen für alle Kinder möglich machen!“, sagte Wiener.

Unter www.barmer.de/p028173 sind ab Donnerstagnachmittag Bilder von der Veranstaltung zur freien Verwendung unter Quellenangabe ‚BARMER‘ zu finden.

Über die Initiative Ich kann kochen!

Ich kann kochen! ist eine bundesweite Ernährungsinitiative der Sarah Wiener Stiftung und der BARMER. Ziel ist es, Kita- und Grundschulkindern für eine vielseitige Ernährung zu begeistern. Praxisnahe Fortbildungen und digitale Lernangebote qualifizieren pädagogische Fach- und Lehrkräfte kostenfrei dafür, mit Kindern Lebensmittel zu entdecken und gemeinsam zu kochen. So wird Ernährungskompetenz gefördert und Krankheiten vorgebeugt. Seit dem Start 2015 hat Ich kann kochen! über eine Million Kinder erreicht. Die Qualität und Wirkung sind wissenschaftlich evaluiert und bestätigt. Ich kann kochen! ist ein IN FORM-Projekt der Bundesregierung.

Mehr: www.ichkannkochen.de

Pressekontakte BARMER

Athanasios Drougias (Ltg.)
Tel. 0800 33 30 04 99 14 21
presse@barmer.de



Sunna Gieseke

Tel. 0800 33 30 04 99 80 31

presse@barmer.de

Pressekontakt Sarah Wiener Stiftung

Annika Hennebach

Tel. 0176 55 282 301

a.hennebach@sw-stiftung.de