

DIE SARAH WIENER STIFTUNG: WIR MACHEN ERNÄHRUNG ZUM ERLEBNIS!

Mit dem Grundsatz „Für gesunde Kinder und was Vernünftiges zu essen“ leistet die gemeinnützige Sarah Wiener Stiftung seit 2007 praktische Ernährungsbildung. Unsere Mission: Wir begeistern Kinder für eine vielseitige und ausgewogene Ernährung und vermitteln ihnen einen wertschätzenden Umgang mit Lebensmitteln. Dazu nehmen wir Kinder mit auf den Bauernhof, in den Supermarkt und die Küche: Mit Einkaufszettel, Kochlöffel und Mistgabel in der Hand können Kinder entdecken, wo ihr Essen herkommt, wie Vielfalt schmeckt und wieviel Arbeit und Spaß eine selbstgekochte Mahlzeit macht. Die persönliche Erfahrung ist das Herzstück unserer Stiftungsarbeit, sie ist das Tor zum Wissen und die Basis für bewusstes Handeln.

Um möglichst viele Kinder zu erreichen, bringen wir praktische Ernährungsbildung vor allem in pädagogische Einrichtungen und arbeiten mit einem Multiplikator:innen-Ansatz. Kern unserer Arbeit sind Fortbildungen für Fach- und Lehrkräfte aus Kitas, Grundschulen und außerschulischen Lernorten sowie Exkursionen zu Bio-Bauernhöfen und verarbeitenden Bio-Betrieben. Wir befähigen Pädagog:innen, Kinder praktisch und altersgerecht für das Thema Ernährung zu begeistern. Dafür sind wir deutschlandweit unterwegs. Unsere Bildungsprogramme und digitalen Angebote stehen auch Eltern, Landwirt:innen und allen Personen offen, die Kinder bei der Entwicklung ihres Ernährungs- und Essverhaltens begleiten. Neben den Fortbildungen und Exkursionen erarbeiten wir praxisnahe, multimediale Bildungsmaterialien, die online zugänglich sind. Unsere Angebote sind kostenfrei.

Die Sarah Wiener Stiftung verfolgt einen nachhaltigen und ganzheitlichen Ansatz. Wir möchten nicht nur das praktische Ernährungswissen, die Esskultur und Gesundheit der Kinder fördern, sondern auch ihr Handeln mit Blick auf Umwelt, Klima und biologische Vielfalt stärken. Dazu arbeiten wir Hand in Hand mit pädagogischen Fach- und Lehrkräften, pädagogischen Einrichtungen und ihren Träger:innen, Kommunen, Familien, Biobauernhöfen, gleichgesinnten Initiativen sowie Entscheidungstragenden in Gesellschaft und Politik und stehen ihnen mit unserer Expertise beratend zur Seite. Unsere operative Stiftung mit Sitz in Berlin hat 35 Mitarbeitende. Als Stiftung sind wir Teil der Initiative Transparente Zivilgesellschaft und Unterzeichnerin der Charta der Vielfalt.

Unsere Projekte

Ich kann kochen!: Gemeinsame Initiative von Sarah Wiener Stiftung und BARMER

Ich kann kochen! ist die größte bundesweite Initiative für praktische Ernährungsbildung für Kinder im Kita- und Grundschulalter. In zwei konsekutiven Online-Fortbildungen vermitteln wir pädagogischen Fach- und Lehrkräften das theoretische Wissen und die praktischen Fähigkeiten, um in ihren Einrichtungen gemeinsam mit Kindern zu kochen und sie für eine vielseitige Ernährung zu begeistern. Seit dem Start 2015 hat Ich kann kochen! bereits über eine Million Kinder erreicht. Unser Ziel ist es, dass in jeder Kita und in jeder Schule in Deutschland mindestens je ein:e Genussbotschafter:in mit den Kindern kocht. Die Qualität und Wirkung von Ich kann kochen! wurden wissenschaftlich evaluiert und bestätigt. Die Initiative ist ein IN FORM-Projekt der Bundesregierung. Mehr: www.ichkannkochen.de

Ich kann kochen!-Familienküche: Digitale Plattform für Eltern rund ums Essen

Essen ist eins der zentralen Themen im Alltag vieler Familien. Um Eltern hierbei zu begleiten, haben die Sarah Wiener Stiftung und BARMER die Ich kann kochen!-Familienküche ins Leben gerufen. Auf der kostenfreien Familienküche zeigen wir Eltern, wie sie ihre Kinder aktiv in den Essalltag einbinden können, machen Lust auf gemeinsames Kochen – und erklären, dass Kinder das Essen erst lernen müssen. Ähnlich wie Laufen, Sprechen

„Für gesunde Kinder und was Vernünftiges zu essen.“

oder Fahrradfahren. Eltern erfahren, wie sie ihre Vorbildfunktion nutzen können, um ihre Kinder an Lebensmittel heranzuführen und warum es ganz natürlich ist, dass Kinder Gemüse oft erst einmal skeptisch gegenüber sind. Die digitale Plattform bietet hilfreiche Videos, saisonale Familienrezepte, praktische Tipps und Tricks für das gemeinsame Zubereiten von Mahlzeiten, Antworten auf Herausforderungen im Essalltag und ein digitales Kochbuch zum Download mit Wochenplänen. Mehr: www.familienkueche.de

Vom Acker in den Mund!: Lernort Bauernhof

Seit 2009 lädt die Sarah Wiener Stiftung Kinder im Alter zwischen drei und zehn Jahren zu Fahrten auf Biobauernhöfe ein. Dort entdecken sie mit den Landwirt:innen einen Tag lang, wo unsere Lebensmittel herkommen und wie ökologische Betriebe arbeiten. Sie helfen aktiv auf den Höfen mit und begreifen so, dass Tomaten nicht im Kühlschrank wachsen, lernen frische und regionale Lebensmittel schätzen und entdecken beim gemeinsamen Kochen, wie gut nachhaltige Landwirtschaft schmeckt. Unser Angebot „Vom Acker in den Mund!“ wird gefördert im Rahmen des Bundesprogramms Ökologischer Landbau und andere Formen nachhaltiger Landwirtschaft (BÖLN) sowie weiteren Förderpartner:innen. Mehr: www.sarah-wiener-stiftung.de/bauernhoffahrten

Meinem Schulessen auf der Spur!: Die regionale Wertschöpfungskette entdecken

Bei Meinem Schulessen auf der Spur! erkunden Berliner Grundschul Kinder der dritten und vierten Klasse, welchen Weg Bio-Lebensmittel entlang der regionalen Wertschöpfungskette zurücklegen, bevor sie in der Schulkantine auf ihren Tellern und Essensreste beim Entsorgungsbetrieb landen. 2021 ist das Verbundprojekt von Sarah Wiener Stiftung, RESTLOS GLÜCKLICH e.V. und der Bio-Stadt Berlin, vertreten durch die Senatverwaltung für Justiz, Verbraucherschutz und Antidiskriminierung, gestartet. Meinem Schulessen auf der Spur! trägt zur Umsetzung der Berliner Ernährungsstrategie bei und wird gefördert durch das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft. Mehr: www.sarah-wiener-stiftung.de/schulessen

Welt und Umwelt im Blick: Globales Lernen und Nachhaltiges Handeln

Vom Einkauf bis zur fertigen Mahlzeit – die Fragen, wie wir uns ernähren und woher unser Essen kommt, eignen sich besonders, um mit Kindern auf eine spannende Entdeckungsreise zu den Themen Nachhaltigkeit und Globalisierung zu gehen. Unsere Online-Bildungsangebote „Nachhaltig handeln in Supermarkt und Küche“ und „Globales Lernen“ bieten pädagogischen Fachkräften dafür interaktive Selbstlernmodule, pädagogische Anregungen und Rezepte. So können Mitarbeitende den Kindern spielerisch Wissen über bewussten Einkauf, globale Zusammenhänge und Ideen für ressourcenschonendes Handeln vermitteln. Mehr: www.sarah-wiener-stiftung.de/projekte/nachhaltig-handeln und www.sarah-wiener-stiftung.de/projekte/globales-lernen

Mehr zur Sarah Wiener Stiftung:

www.sarah-wiener-stiftung.de

www.facebook.com/SarahWienerStiftung

www.youtube.com/SarahWienerStiftung