



Ich kann kochen!-Netzwerk legt Grundstein für gesunde Ernährung bei 1,5 Millionen Kindern

Berlin, 08.08.24 – Die Ernährungsinitiative Ich kann kochen! von der [Sarah Wiener Stiftung](#) und der [BARMER](#) hat ein weiteres Etappenziel geschafft. Seit der Gründung im Jahr 2015 haben 30.000 pädagogische Fach- und Lehrkräfte an Fortbildungen teilgenommen, um Kita- und Grundschulkinder im Anschluss an eine gesunde Ernährung heranzuführen. 1,5 Millionen Kinder im Alter bis 10 Jahren hat die Initiative in Deutschland inzwischen erreicht. Doch dies ist nur ein Zwischenschritt. Künftig sollen pro Jahr weitere 200.000 Kinder hinzukommen.

97 Prozent wollen Kindern gesunde Ernährung beibringen

Der Erfolg von Ich kann kochen! steht und fällt mit dem Engagement der Fach- und Lehrkräfte. Laut einer aktuellen Umfrage unter rund 1.400 Teilnehmenden der Fortbildungen fühlten sich 97 Prozent motiviert, den Kindern eine gesunde Ernährung beizubringen und das neu erworbene Wissen in die Praxis umzusetzen. „Die Mischung aus fachlichem Input und praxisnaher Umsetzung war grandios. Die Leidenschaft der Dozentinnen hat angesteckt und ich ging voller Motivation in den Kita-Alltag“, sagt die Kursteilnehmende Christina Woike, pädagogische Fachkraft in der CJD-Kita Voerde Nordrhein-Westfalen. „Der größte Schatz der Fortbildung ist für mich der Funke, der entfacht wird und einfach Lust auf mehr macht“, ergänzt Farina Wagner, Erzieherin in der Kita St. Elisabeth in Schwarzenbek, Schleswig-Holstein.

Nachhaltige Förderung der Gesundheit bereits in jungen Jahren

Da der Grundstein für eine gesunde Ernährung bereits in der Kindheit gelegt wird, setzt Ich kann kochen! bereits bei Kita- und Grundschulkindern an. In den Einrichtungen kommen alle Kinder zusammen, unabhängig von Herkunft und Hintergrund. Hier wird ihnen vermittelt, wie viel Spaß es macht, sich gesund zu ernähren. Beim gemeinsamen Entdecken und Zubereiten von Lebensmitteln stärken die neu ausgebildeten Genussbotschafterinnen und Genussbotschafter die Koch- und Ernährungskompetenzen der Kinder und bringen eine vielfältige Ernährung in den Alltag der Einrichtungen ein.

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 Grundschulkinder 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.



Rund 500 Fortbildungen mit fachlichen Impulsen, praktischen Übungen und interaktiven Lernmodulen finden jährlich in ganz Deutschland statt. Die Einstiegs- und Aufbaufortbildungen werden in Präsenz und Online angeboten, auch ganze Kitateams können teilnehmen. Die Inhalte orientieren sich an den Bildungs- und Lehrplänen der Bundesländer. Ich kann kochen! ist ein IN FORM-Projekt der Bundesregierung. Mehr: www.ichkannkochen.de

Zum Download:

Pressebilder: Auf der Presseseite der Initiative finden Sie eine Auswahl an Fotos für Ihre redaktionelle Berichterstattung: <https://ichkannkochen.de/die-initiative/presse/>

Hintergrundpapier Befragungsergebnisse: Hier finden Sie weitere Informationen aus den Feedbackbefragungen: <https://www2.ichkannkochen.de/hintergrundpapier-feedbackbefragungen>

Expert:innen aus der Stiftung stehen für Interviews zur Verfügung. Gerne stellen wir auch Kontakt zu Genussbotschafter:innen aus Kitas und Schulen in Ihrer Region her.

Pressekontakt Sarah Wiener Stiftung

Annika Hennebach

Referentin Kommunikation & Pressesprecherin

Telefon: +49 (0)176 55 282 301

E-Mail: a.hennebach@sw-stiftung.de