

Nachhaltige Ernährung für Kinder

Wochenspiegel 22. Dezember 2017



Foto: Gemeinsam probieren die Kinder in der Ausbildungs- und Lehr-Küche des Ringstedtenhof das Ergebnis ihres Kochkurses und sind sich einig: Das gesunde, selbstgekochte Essen schmeckt lecker. © TS

Sparkassenstiftung fördert das Projekt „Frisch auf den Teller – Nachhaltige Ernährung für eine nachwachsende Generation“ des Ringstedtenhofs mit 100000 Euro.

„Ich koche mir jetzt einen Kinderpunsch, wie ihn auch mein Papa und meine Mama trinken“, sagt die kleine Johanna (5) und rührt unter den Augen der Erzieherin fleißig im großen Kochtopf in der Ausbildungs- und Lehr-Küche des Ringstedtenhof. „Wir sind so stolz, wie unser Projekt ‚Frisch auf den Teller – Nachhaltige Ernährung für eine nachwachsende Generation‘ von den Lübecker Kitas und Schulen angenommen wurde“, erklärte der Geschäftsführer des Landwege-Hofs, Christoph Beckmann-Roden, bei der Projektvorstellung.

Bewusste und biologische Ernährung im Grundschulalter

Bereits Schulkinder sollen für das Thema bewusste und biologische Ernährung sensibilisiert werden. Sie sollen lernen, dass im Sommer der Tisch mit vielen Früchten und Gemüsesorten gedeckt sein kann und im Laufe der Jahreszeiten sich das Angebot verändert. „Dafür bieten wir den Kindern Einblicke in unsere Arbeit auf dem Gemüsefeld, über die Ernte und Einlagerung der Früchte. Darüber hinaus erfahren die Kinder, wie die geernteten Früchte und Gemüsesorten in der Küche verarbeitet und gekocht werden“, so Beckmann-Roden. Zum Schluss essen die Kinder das zuvor geerntete und zubereitete Gemüse und erfahren so den Kreislauf der Ernährung.

Kombination aus Theorie und Praxis

„Die Kombination aus Theorie und gelebter Praxis haben uns von der Sparkassenstiftung für das Projekt des Ringstedtenhof überzeugt“, erläutert der Titus Jochen Heldt von der Gemeinnützigen Sparkassenstiftung Lübeck. „Mit einer Investition von 100 000 Euro fördern wir dieses Projekt und tragen dazu bei, dass möglichst viele Kinder die Erfahrungen, die sie hier erleben mit nach Hause tragen und ihre Eltern im besten Falle beim Einkaufen und Kochen unterstützen können“, so Heldt weiter.

Projekt für Vorschulen und Kitas

„Wir haben mit einem solchen Ansturm nicht gerechnet“, freut sich Heidrun Schneeberg, Leiterin des Projektes. „Nachdem wir unser Projekt für die Vorschule und Kitas geöffnet haben, war unser Terminkalender schnell voll. Zudem haben wir die Zeiten an die Bedürfnisse der Kinder angepasst: Kinder aus Kitas und Kindergärten werden in einem dreistündigen Kurs und Schüler in vier Stunden in das Thema Nachhaltige Ernährung eingeführt.“

Koch-Schürzen als Erinnerung

Nachdem die Kinder des Awo-Kindergartens Drachennest II die leckeren Zutaten für den Kinderpunsch vorbereitet und heiß gemacht haben, freuten sich alle auf das Probieren. Zum Schluss des dreistündigen Kursus bekommen die Kinder die Koch-Schürzen, die sie zu Beginn des Kurses umgebunden bekamen. Das bringt nicht nur Spaß in der heimischen Küche, sondern hilft auch bei der Erinnerung an das tolle Ernährungsprojekt im Ringstedtenhof. TS