



Sarah Wiener  
Stiftung

*„Für gesunde Kinder und was  
Vernünftiges zu essen.“*



„Für gesunde Kinder und was  
Vernünftiges zu essen“

## Kulturpflanzenvielfalt als Tafelsilber

- ✓ Auf immer mehr Flächen werden immer weniger Sorten angebaut.
- ✓ 90 % unserer Nahrung von 100 Pflanzenarten gedeckt.
- ✓ > 40 % der globalen pflanzlichen Produktion und ca. Hälfte der globalen Anbaufläche aus Reis, Weizen und Mais.
- ✓ Deutschland: 95% des Roggenanbaus durch 3 Sorten.













Vielfalt anbauen... (Hirse-Variationen)

....muss nachgefragt, gekocht, gegessen werden



## Die Sarah Wiener Stiftung – „Für gesunde Kinder und was Vernünftiges zu essen“



- ✓ Gegründet im November 2007 von Sarah Wiener, Alfred Biolek und Freunden.
- ✓ Gemeinnützig und mildtätig anerkannt.

## Koch- und Ernährungskurse I



## Koch- und Ernährungskurse II



## Koch- und Ernährungskurse III



Fotos: [www.arne-morgenstern.com](http://www.arne-morgenstern.com)

## Die Kochkurs-Themen

- ✓ Modul 1: Geschmacksspiele
- ✓ Modul 2: Gesundes Fastfood?
- ✓ Modul 3: Genussreiches Frühstück
- ✓ Modul 4: Geniale Pausenbrote und clevere Snacks
- ✓ Modul 5: Köstliches Mittagessen
- ✓ Modul 6: Abendessen mit Genuss
- ✓ Weitere Themen: Kochen mit den Jahreszeiten, besser Bio, regional & saisonal; Hintergrundthemen: Zucker, Zusatzstoffe, Wasser, Vitamine und vieles mehr!



## Kochen ist mehr als gesunde Ernährung

Anschaulicher Zugang zu Problemerkis der Nachhaltigkeit

Förderung von

- ✓ sozialen, kommunikativen und feinmotorischen Fähigkeiten
- ✓ Lust und Neugier
- ✓ Genuss und Freude
- ✓ gemeinsamen, sinnlichen, schmeck- und riechbaren Erfolgserlebnissen
- ✓ => Kommunikation, Selbstbestimmtheit, Selbstvertrauen

Kochen ist Teil unserer Kultur.



## Weiterbildung von Lehrern und Erziehern (Multiplikatoren)



## Stand der Projekte (Oktober 2009)

- ✓ 150 Einrichtungen
- ✓ 24 Städte
- ✓ Über 2.600 Kinder
- ✓ 300 Multiplikatoren
  
- ✓ Standorte: Berlin, Hamburg, Dortmund, Metropolregion Rhein-Neckar, Jena, München, Frankfurt a. M., Nürnberg, Halle a. d. S., Stuttgart, Leipzig, Kassel, Trier, Köln, Ulm, Aachen, Münster, Vorderpfalz, Kiel, Freiburg, Erfurt, Lübeck, Gießen, Saale-Orla-Kreis.
  
- ✓ Übertragung auf den frühkindlichen Bereich mit Förderung des Bundesfamilienministeriums (BMFSFJ).
  
- ✓ Fahrten zu Bio-Bauernhöfen mit Förderung des Bundesministeriums für Landwirtschaft, Ernährung und Verbraucherschutz (BMELV).

## Besuche auf Bio-Bauernhöfen I



## Besuche auf Bio-Bauernhöfen II



„Für gesunde Kinder und was Vernünftiges zu essen.“

## Rückmeldungen der Exkursionsteilnehmer

- ✓ Frisches Gemüse und Obst zu essen und zu ernten, das hat den Kindern besonders gut gefallen (Sägefeldschule, Ulm)
- ✓ Direkter Kontakt zu Tieren (Nachbarschaftsschule Leipzig)
- ✓ Honigmachen am Bienenstock hat die Kinder begeistert (KGS Forster Linde, Aachen)
- ✓ Streicheln und Füttern der Kühe und Fahren mit dem Traktor (Wiesenschule, Nürnberg)
- ✓ Frühstücken mit frischer Milch, frischem Brot und selbst gemachter Butter (Schule am Frankfurter Bogen, Frankfurt a.M.)
- ✓ Das gute und gesunde Mittagessen (Comeniusschule, Stuttgart)

## Das Thema öffentlich machen



„Für gesunde Kinder und was Vernünftiges zu essen.“

## Ausblick

- ✓ Ausdehnung der Partnerschaften zwischen Schulen und Bauernhöfen für regelmäßige, längere Besuche => BMELV + Kofinanzierung
- ✓ Ausdehnung der Koch- und Ernährungskurse von den Pilotschulen in die Fläche mit Hilfe regionaler und überregionaler Förderer.
- ✓ Jedes Kind möglichst 3x erreichen: Kindergarten, Grundschule, weiterführende Schule.
- ✓ „Fit-4-future“: Ganzheitliche Gesundheitsprävention: Kopplung Ernährung mit Bewegungsangeboten durch Kooperation mit der Cleven-Becker-Stiftung.

Mit Spaß und Begeisterung anschaulich lernen – lecker!



# Impressum



Gemeinnützig und mildtätig anerkannt beim Finanzamt Erfurt.  
Spenden und Zustiftungen sind steuerlich absetzbar.

Gründer: Sarah Wiener, Dr. Alfred Biolek, Dr. Henner Ehringhaus, Karsten Böhrs, Demeter e. V., Sarah Wiener GmbH.

Vorstand: Sarah Wiener, Dr. Sandra Böhrs, Dr. Georg Eysel-Zahl (Geschäftsführung)

Sarah Wiener Stiftung – „Für gesunde Kinder und was Vernünftiges zu essen“

Charlottenstr. 13, 10969 Berlin

Mailto: [info@sw-stiftung.de](mailto:info@sw-stiftung.de)

[www.sarah-wiener-stiftung.org](http://www.sarah-wiener-stiftung.org)

## **Spendenkonto:**

Commerzbank Berlin-Wannsee; BLZ 100 400 00; Konto 444 15 15