



Das Projekt dreht sich rund um das Thema Ernährung. Den Kindern wird die Möglichkeit gegeben, sich mit Lebensmitteln und Esskultur kreativ auseinanderzusetzen. Dabei lernen sie Lebensmittel mit allen Sinnen kennen und verarbeiten diese zu eigenen Gerichten. Parallel dazu gestalten die Kinder ein eigenes Kochbuch. Ergänzt wird das Projekt mit verschiedenen kurzweiligen Kreativangeboten und Wissenswerten zu Ernährung und Esskultur.

Grundsätzlich soll der Umgang mit gesunder, regionaler und saisonaler Ernährung und der Wert von Lebensmitteln erfahrbar gemacht werden. Dabei steht der partizipative Ansatz im Vordergrund. Bei der konkreten Ausgestaltung kann der Fokus auf ein bestimmtes Produkt (Vom Korn zum Brot, Gewürze), Zubereitungsart (Fermentation), Saison (Jahreszeiten), Farben, Kultur oder Region gelegt werden.

- Bewilligungszeitraum: 3 – 8 Monate
- Altersgruppe: 6-9 Jahre, 10-12 Jahre oder 13-16 Jahre
- Workshop oder Kurs



...Bündnis bilden

Lebensmittelhandel/ -betrieb (Bäckerei), Umweltverband (NABU, BUND), Kinder- und Jugendeinrichtung, Kunst-/ Naturwerkstatt, Migrantenselbstorganisation, Schulen, Wohlfahrtsverbände (Diakonie, Caritas, Parität, AWO, Johanniter, ASB, Malteser usw.). Neben den entsprechenden Fachkenntnissen bringen die Bündnispartner zusätzlich Erfahrungen mit Projekten ein und können benötigte Materialien (wie z.B. Koch-/Backutensilien) sowie Räumlichkeiten (Küche) kostenfrei bereitstellen.

...Fachkraft finden

Die Fachkraft/ Fachkräfte sollte/n Kenntnisse aus dem Bereich der Umweltbildung, Ernährung, Nachhaltigkeit mitbringen und vor allem qualifiziert sein im Umgang mit Kindern. Falls Sie niemanden kennen, können Sie auf die oben genannten Kontakte zurückgreifen. Darüber hinaus unterstützen Sie das Projektbüro gern bei der Suche.

Schnupperangebot

- Schnupperangebot dient insbesondere dazu, um ihr Projekt zu bewerben, die Zielgruppe direkt anzusprechen und Kinder für die Teilnahme zu gewinnen
- Das Projektbüro stellt Vorlagen für die Öffentlichkeitsarbeit zur Verfügung, die Sie hierfür nutzen können.
- Die Fachkraft stellt den Ablauf und die Inhalte des Projekts vor. Zudem besteht die Möglichkeit für Rückfragen.
- Bei diesem Termin können bereits Anmeldungen aufgenommen werden. Eine Vorlage wird vom Projektbüro zur Verfügung gestellt.
- Je nach räumlichen Gegebenheiten bietet es sich an, dass der Termin direkt bei der Tafel stattfindet, ansonsten bei einem der Bündnispartner oder in einer Schule des Sozialraums.
- Um die Kinder auf das Projekt neugierig zu machen und zur Teilnahme zu begeistern, gibt es verschiedene Möglichkeiten, z.B. Verteilen von Backmischung im Glas oder Herstellung von Energy Balls/ Smoothies

Ablauf und Inhalte

<i>Tag</i>	<i>Inhalt</i>
Erster Tag	<ul style="list-style-type: none"> • Kennenlernen • Einführung ins Thema
	<ul style="list-style-type: none"> • Schürzen selbst gestalten • Kochmützen basteln • Gestaltung eines Kochbuchs (alternativ: Blog oder Video) • eigene Rezepte entwickeln • Zubereitung von Speisen und Getränken (Limonaden, Smoothies) • Gemeinsames Essen • Lebensmittelbildung und Nachhaltigkeit (z.B. MHD, Umgang mit Lebensmittelresten, Herkunft/ Anbau/ Herstellung von Lebensmitteln) • Ausflug zu Bauernhof, Produktion, Handwerksbetrieb • Geschirr selbst gestalten (Töpfern) • Interkulturelle Bildung • Schnitzen von Gemüse/ Obst • Tischkultur • Holzbrett gravieren
Letzter Tag	<ul style="list-style-type: none"> • Vorbereitung Abschlussveranstaltung • Reflexionsrunde • Präsentation (Ausstellung, zubereitete Speisen der Kinder/ Jugendlichen, Übergabe Teilnehmenden-Urkunden) • Einbindung von Netzwerkpartnern, Eltern, Freunden und Angehörigen

Kalkulationsbeispiel Workshop

<u>EP1: Schnupperangebot Pauschal (Nachweis durch TN-Liste ausreichend)</u>	
1 Termin á 2h	
1 Fachkraft (beinhaltet: Honorar max. 50€/h, MwSt, KSK)	
2 Ehrenamtliche (5€/h)	
20-25 Teilnehmende	
Verbrauchsmaterial	
Zwischensumme	180€
<u>EP2: Workshop</u>	
30h (z.B. 5 Tage á 6h)	
10 Teilnehmende, 1 Fachkraft, 2 Ehrenamtliche	
4 Tage Workshop und 1 Tag Abschluss	
<u>Honorare</u>	
30h*50€*1 Fachkraft (fachliche und pädagogische Aufgaben)	1.500 €
MwSt. (1.500€*0,19)	285€
KSK (1.500€*0,042)	63€
<u>Aufwandsentschädigung</u>	
30h*5€*2 Ehrenamtliche (organisatorische, logistische und unterstützende Aufgaben)	300€
<u>Sachausgaben</u>	
Sachausgaben (10 TN*30h*2,50€) (beinhaltet: Verbrauchsmaterial, ÖA & Dokumentation*, besonderer projektbezogener Bedarf, Führungszeugnisse, Personen-/Materialtransport)	750€
Verpflegungspauschale (30h*13 Personen*1€)	390€
Zwischensumme	3.288€
Gesamtsumme	3.468€

* Der Anteil der Ausgaben für Öffentlichkeitsarbeit und Dokumentation beträgt max. 15% der Gesamtsumme für Sachausgaben, bei einer Gesamtsumme der Sachausgaben unter 1.000 Euro mindestens 150 Euro.

Hinweis: Grundsätzlich kann das Projekt auch angepasst werden hinsichtlich Dauer (Workshop: max. 84h innerhalb 14 Tage; Kurs: max. 96h innerhalb 24 Wochen), Inhalt und Anzahl der Teilnehmenden.

Kalkulationsbeispiel Kurs

<u>EP1: Schnupperangebot Pauschal (Nachweis durch TN-Liste ausreichend)</u>	
1 Termin á 2h	
1 Fachkraft (beinhaltet: Honorar max. 50€/h, MwSt, KSK)	
2 Ehrenamtliche (5€/h)	
20-25 Teilnehmende	
Verbrauchsmaterial	
<i>Zwischensumme</i>	<i>180€</i>
<u>EP2: Kurs</u>	
24h (z.B. 8 Termine á 3h)	
10 Teilnehmende, 1 Fachkraft, 2 Ehrenamtliche	
11 Tage Kurs und 1 Tag Präsentation	
<u>Honorare</u>	
24h*50€*1 Fachkraft	1.200€
MwSt. (1.200 €*0,19)	228€
<u>Aufwandsentschädigung</u>	
24h*5€*2 Ehrenamtliche	240€
<u>Sachausgaben</u>	
Sachausgaben (10 TN*24h*2,50€)	600€
(beinhaltet: Verbrauchsmaterial, ÖA & Dokumentation*, besonderer projektbezogener Bedarf, Führungszeugnisse, Personen-/Materialtransport)	
Verpflegungspauschale (24h*13 Personen*1€)	312€
<i>Zwischensumme</i>	<i>2.580€</i>
Gesamtsumme	2.760€

* Der Anteil der Ausgaben für Öffentlichkeitsarbeit und Dokumentation beträgt max. 15% der Gesamtsumme für Sachausgaben, bei einer Gesamtsumme der Sachausgaben unter 1.000 Euro mindestens 150 Euro.

Hinweis: Grundsätzlich kann das Projekt auch angepasst werden hinsichtlich Dauer (Workshop: max. 84h innerhalb 14 Tage; Kurs: max. 96h innerhalb 24 Wochen), Inhalt und Anzahl der Teilnehmenden.

Verbrauchsmaterial:

- Mal- und Bastelbedarf (Stifte, Farben, Pinsel, Scheren, Papier, Kleber,...)
- Schürzen
- Textilmalfarben
- Koch-/ Backzutaten
- Tassen/ Teller zum Bemalen
- Keramikmalfarbe
- Töpferbedarf
- Einwegfotoapparat
- Blanco-Rezeptbuch
- Einweckgläser

Ausstattung:

- Küche mit Herd und Backofen
- Töpfe, Schüsseln, Bretter, Messer, Messbecher, Kochöfel
- Arbeitsfläche für Zubereitung von Essen
- Raum mit Tischen und Stühlen für Bastelaktionen/ gemeinsames Essen

Tipps und Links:

[Plattform Ernährung und Bewegung e.V. \(peb\)](#)

[Über den Tellerrand e.V.](#)

[Material des Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft](#)

[Infos zu Wertschätzung von Lebensmittel](#)

[Basteltipps](#)

[Idee für Kochbuch](#)

[Hinweise zum Kochen mit Kindern](#)

[Hinweise zu Organisation und Grundausrüstung](#)

[Kostenfreie/ kostengünstige Materialien](#)