

# Cool, abgebrüht und ausgekocht – am Herd

**GENUSSBOTSCHAFTER GESUCHT** Die bundesweite Ernährungsbildungsinitiative für Kinder „Ich kann kochen!“ von Sarah Wiener Stiftung und Krankenkasse Barmer GEK startet in Soest mit einer Fortbildung für pädagogische Fach- und Lehrkräfte in der LeibSeeleKüche

VON MANUELA SCHUNK

Praktisches Kochen und Verkosten von Lebensmitteln wird oft nicht in den Kita- und Schulalltag integriert und auch in der Ausbildung von pädagogischen Kräften kaum berücksichtigt. Hier setzt die Ernährungsbildungsinitiative „Ich kann kochen!“ von Sarah Wiener Stiftung und Krankenkasse Barmer GEK an: Die Initiative bietet bundesweit kostenfreie Fortbildungen zur „Genussbotschafterin“ beziehungsweise zum „Genussbotschafter“ für pädagogische Fach-, Lehr- und Ergänzungskräfte an, die mit Kindern in der Altersgruppe drei bis zehn Jahre arbeiten.

Die Fortbildung mit maximal zwölf bis 15 Teilnehmenden vermittelt theoretisches und praktisches Know-how zum Thema Kochen mit Kindern im Kontext von Bildungseinrichtungen. Sie ist eintägig (acht Stunden) und umfasst den Zugang zu umfangreichen Bildungsmaterialien (unter anderem Rezepte, Fachliteratur, Anregungen für Eltern und Einrichtungen), vermittelt Grundsätze einer ausgewogenen Ernährung, Wissen über wichtige Warengruppen und Küchentechniken.

Gleich ob Erzieher in der Kita, Grundschullehrerin oder Mitarbeiter im Schulhort: Allen Teilnehmenden wird das Rüstzeug mitgegeben, um Kindern möglichst hürdenlos in Kursen das Kochen beizubringen, die Begeisterung dafür in ihnen zu wecken und ihnen die Bandbreite frischer, genussvoller Ernährung zu zeigen sowie Kochaktionen und praktische Ernährungsbildung durchführen zu können. Über das Multiplikatorensystem können in den kommenden fünf Jahren mehr als eine Million Kita- und Schulkinder von der Initiative „Ich kann kochen!“ profitieren.

Das Ernährungsverhalten ist eine wichtige Komponente der „Gesundheitskompetenz“. Gemeint ist die Fähigkeit des Einzelnen, alltäglich positive Entscheidungen in punkto Gesundheit zu treffen. Hierbei ist gerade die Prävention bei Kindern und Jugendlichen ein wichtiger Aspekt. Kinder sollen sich selbst Mahlzeiten zubereiten können, Geschmacksvielfalt erleben und fähig sein, Konsum kritisch zu betrachten.

Wenn Interventionen im Bereich der Gesundheitsförderung möglichst früh und im räumlichen Le-



Regina Sybert-Goldstein von der Familienbildung der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen hat sich für die Kooperation mit der Sarah Wiener Stiftung starkgemacht.

FOTO: MANUELA SCHUNK

bensumfeld einer Einrichtung wie Kindergarten und Schule beginnen, wird gesundes Ernährungsverhalten schon im Kindesalter eingeübt und

somit verinnerlicht. Die bewusste und gesunde Ernährung von Kindern hat in der Gesundheitsförderung und der Krankheitsprävention

daher einen besonderen Stellenwert. Dazu soll die Initiative „Ich kann kochen!“ beitragen.

Die Kinder sollen dabei vermittelt durch die Multiplikatoren Ernährungswissen erhalten sowie die Möglichkeit haben, dieses direkt anzuwenden. Im Rahmen des „Ich kann kochen!“-Kurses werden beim Verkosten und Kochen die neuen Ernährungsverhalten direkt umgesetzt und ausprobiert.

Denn nur wer Kochkompetenzen besitzt und sich mit Lebensmitteln auskennt, ist auch in der Lage, sich selbstbestimmt und gesund zu ernähren. Und genau das soll mit der Initiative erreicht werden. Die Evangelische Frauenhilfe in Westfalen e.V. stimmt mit diesen Zielen überein und ist Kooperationspartnerin mit ihrer im Sommer eröffneten LeibSeeleKüche in Soest.

■ Die nächsten Fortbildungen sind am 8. und 28. Februar in der LeibSeeleKüche der Tagungsstätte Soest (Feldmühlenweg). Weitere Informationen: [www.ichkannkochen.de](http://www.ichkannkochen.de); Anmeldung unter Region Nordwest: [www.ichkannkochen.de/mitmachen/anmeldung-teilnehmer/](http://www.ichkannkochen.de/mitmachen/anmeldung-teilnehmer/).

## TERMINE

### Presbyterinnen-Fortbildung

SOEST – „Mut zur Strategie“ ist der zweite Teil einer Fortbildung überschrieben, die sich vom 10. (ab 16 Uhr) bis 11. März (bis 16 Uhr) an Presbyterinnen in der westfälischen Landeskirche richtet. Veranstaltungsort ist die Tagungsstätte in Soest der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen, die in Kooperation mit dem Frauenreferat diese Fortbildung rund ums Geld durchführt. Mitzubringen sind der Haushaltsplan der Gemeinde und das Handbuch „Gemeinde leiten“. Spezielle Fragen zum Haushaltsplan beantwortet Kerstin Olzewski von der Finanzabteilung des Kreis Kirchenamtes in Unna auch im Einzelgespräch. Leitung: Birgit Reiche (Frauenhilfe) und Diana Klöpfer (Frauenreferat).

■ **Anmeldung:** Evangelische Frauenhilfe in Westfalen e.V. (Angela Wieneke), Telefon (02921) 371-204, E-Mail: [wieneke@frauenhilfe-westfalen.de](mailto:wieneke@frauenhilfe-westfalen.de). Information: Birgit Reiche, Telefon (02921) 371-237, E-Mail: [reiche@frauehilfe-westfalen.de](mailto:reiche@frauehilfe-westfalen.de).

### Auszeit für Frauen

BÖDEFELD – Gewalt und Hass bestimmen die Nachrichten. Aber oft ist auch unser Alltag mit Ärger, Wut und negativem Denken gefüllt. Wie es gelingen kann, dem Frieden mehr Raum zu geben, darauf antwortet der Psychologe Marshall B. Rosenberg mit „Gewaltfreier Kommunikation“. Deren Grundlagen werden vom 24. (ab 17 Uhr) bis 26. März (bis 15 Uhr) bei der Veranstaltung des Frauenreferats „Den Frieden leben – Eine inspirierende Auszeit für Frauen“ (ab 25 Jahren) vorgestellt und ausprobiert. Die Zeit im sauerländischen Bödefeld ([www.bleibe.de](http://www.bleibe.de)) verspricht friedvolle Inspirationen für Körper, Geist und Seele. Leitung: Nicole Richter (Frauenreferat), Referentin: Sylvia Strauss (Yoga- und Qi-Gong-Lehrerin).

■ **Anmeldung:** Institut für Kirche und Gesellschaft (Ulrike Pietsch) in Schwerte, Telefon (02304) 755-324, Internet: [www.kircheundgesellschaft.de](http://www.kircheundgesellschaft.de).

Die Gastbeiträge auf dieser Seite kommen von der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen und vom Frauenreferat der Evangelischen Kirche von Westfalen.

## Aufrecht gegen Polterer und Populisten

**INTERVIEW** Ruth Heß vom Evangelischen Zentrum Frauen und Männer über Gender, Genderismus, Anti-Gender-Bewegung und den Umgang mit Anfeindungen, Stammtischparolen und Hassattacken

Im Dezember hat in Hamburg die EKD-weite Tagung „Genderwahn – Gendergaga – Genderismus“ stattgefunden. Das Thema greift Schlagworte auf, mit denen Genderkonzepte zunehmend angegriffen und in Frage gestellt werden. Ruth Heß, theologische Referentin am Evangelischen Zentrum Frauen und Männer in Hannover, hat auf der Tagung einen Vortrag zum Thema gehalten. Mit ihr sprach Nicole Richter, Fachbereichsleiterin des Frauenreferats der Evangelischen Kirche von Westfalen im Institut für Kirche und Gesellschaft.

■ **Vorab gefragt:** Was verstehen Sie unter „Gender“?

Das ist schnell gesagt: „Gender“ ist ein englischer Fachbegriff und bedeutet Geschlechtlichkeit. Seit ungefähr 25 Jahren benutzen wir das Wort auch im Deutschen. Im Kern geht es darum, unser Geschlecht mit seinen vielen Facetten so genau wie möglich zu verstehen: Körper, Identität, Rollenmuster, Sexualität, Kinderkriegen, Elternsein... Neben dieser eher theoretischen hat „Gender“ auch eine praktisch-politische Seite. Da geht es dann um Gerechtigkeit für alle Geschlechter und um Vielfalt, dass Menschen ihr Leben so gestalten können, wie es ihnen entspricht.

■ **Und was ist dann „Genderismus“?**

„Genderismus“ ist ein Kampfbegriff, mit dem rechtspopulistische Kräfte seit einiger Zeit aggressiv gegen eine offene Geschlechterpolitik zu Felde ziehen. Sie wollen zurück in die 50er Jahre, zu einem starren Bild vom Mann- und Frauensein und von Familie. Andere Lebensentwürfe, die da nicht rein-

passen, sollen wieder zurückgedrängt werden.

Dafür eine Mehrheit zu organisieren, ist aber gar nicht mehr so einfach. Denn die allermeisten Menschen profitieren ja von unserer liberalen Gesellschaft. Daher ihr Trick, „Gender“ vom Fachbegriff zum Stigmawort zu machen und als Unsinn oder Gefahr darzustellen. Denn dann können sie sämtliche emanzipatorischen Anliegen, die irgendwie mit „Gender“ verbunden sind – von der Frauenförderung bis zur Schulaufklärung über vielfältige Lebensformen –, mit einem Streich über den Haufen werfen, ohne sie überhaupt noch diskutieren zu müssen. All das hat mit „Gender“ als seriösem Konzept nichts zu tun.

■ **Welche Gefahr sehen Sie in der Anti-Gender-Bewegung? Was zeichnet sie aus?**

Der Zauber ist nicht ganz leicht zu durchschauen, auch dadurch, dass die Akteurinnen und Akteure ihre absurden Behauptungen so lange wiederholen, bis sie quasi ein Eigenleben entwickeln. Und Anti-Gender ist längst kein Nischenphänomen mehr. Da verbünden sich ganz verschiedene Kräfte miteinander – von AfD und PEGIDA über einzelne Naturwissenschaftler, christlich-fundamentalistische Kreise bis hinein in deutsche Qualitätsmedien.

Das breite Spektrum macht es möglich, das Feindbild „Gender“ an unterschiedlichste Zielgruppen heranzutragen – vom Feuilleton-Publikum über den bibeltreuen Christen bis zur Protestwählerin. Sie alle werden in ihrer Sprache bedient.

■ **Wie können kirchliche Stellen sich gegen Hassattacken wappnen?**

FOTO: PRIVAT



missverständliches Bekenntnis der Kirchenleitung zu Geschlechtergerechtigkeit und Vielfalt.

■ **Wie kann man privat den zunehmenden Stammtischparolen begegnen?**

Auch da gilt: Raus aus den Reflexen, so schwer das fällt. Weder schweigen

Bis auf Weiteres müssen wir wohl einkalkulieren, dass solche Attacken bei bestimmten Themen vorprogrammiert sind. Allen voran bei Geschlechtlichkeit und Sexualität. Denn da geht es für viele Menschen offenbar ums Eingemachte. Und das lässt sich gut für Polarisierungen nutzen.

Im Vorfeld einer Stellungnahme oder Kampagne zu einem Reizthema macht es daher Sinn zu überlegen: Was könnte besonders starke Widerstände auslösen? Lassen sie sich vermeiden, zum Beispiel durch einen unaufgeregteren Tonfall. Entscheidend ist dabei aber, in der Sache ganz klar zu bleiben.

Wenn bereits ein Shitstorm anrollt, sollten die zuständigen Fachstellen – Gleichstellung, Frauen- und Männerarbeiten – informiert werden, um eine abgestimmte Strategie zu entwickeln. Da braucht es zum Beispiel eine Entscheidung, auf welche E-Mails überhaupt reagiert werden soll und, wenn ja, wie und durch wen.

Bloße Beschimpfungen zu beantworten, bringt gar nichts. Aber wenn Menschen Fragen stellen, auch provozierende, kann sich die Mühe einer Antwort durchaus lohnen. Denn nicht alle, die poltern, sind schon total immun gegen Argumente. Wichtig ist auch ein un-

oder klein begeben, noch auf selber Ebene zurückkeilen. Friedenspreisträgerin Caroline Emcke formuliert es so: „Dem Hass begegnen lässt sich nur, indem man seine Einladung, sich ihm anzuverwandeln, ausschlägt.“ Entscheidend ist die eigene innere Haltung. Ich denke da an Paulus: „Lass dich nicht besiegen vom Schlechten, sondern besiege du mit dem Guten das Schlechte“ (Römer 12,21).

■ **Was heißt das konkret?**

In einer Auseinandersetzung cool bleiben und die Atmosphäre beruhigen. Anstelle von Schlagabtausch lieber gezielt nachfragen nach der Logik der „Argumente“ und nach ihren Konsequenzen. Das Gegenüber dazu bringen, wilde Behauptungen an konkreten Fakten festzumachen. Sich nicht sinnlos verkämpfen.

■ **Das Evangelische Zentrum hat eine Aufklärungsbroschüre zum Thema „Genderismus“ herausgegeben. Der Flyer kann kostenfrei bestellt werden unter:** [www.genderismus.evangelisches-zentrum.de](http://www.genderismus.evangelisches-zentrum.de).

■ **In Kürze wird eine EPD-Dokumentation zur Hamburger Tagung erscheinen. Nähere Informationen auch unter** [www.kircheundgesellschaft.de/frauenreferat](http://www.kircheundgesellschaft.de/frauenreferat).