

Nr. 12, Dezember 2012

Die Europa Miniköche



Ein außerschulisches Angebot der Ernährungs- und Verbraucherbildung

Arian Gülker, Gesa Schönberger, Heidelberg

Neben Schule und Schulverpflegung spielen außerschulische Lernorte eine bedeutende Rolle als Lebens- und Erlebenswelt von Kindern. Im Projekt „Europa Miniköche“, einer Privatinitiative, geht es um Essen und Esskultur. Wie nur wenige andere außerschulische Angebote ist „Europa Miniköche“ langfristig angelegt und gesellschaftlich breit verankert. 2012 wurde es mit dem Dr. Rainer Wild-Preis ausgezeichnet. In diesem Beitrag wird das Projekt vorgestellt.

Gute Projekte der Gesundheitsförderung von Kindern zeichnen sich dadurch aus, dass sie in jungem Alter und in der alltäglichen Lebenswelt der Kinder ansetzen, ihre Lebenskompetenz stärken und sie zu einer gesunden Lebensweise befähigen. Für Maßnahmen gegen Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen gelten diese und weitere Kriterien gar als Voraussetzung für Planung und Evaluation. Dabei ist die Ernährung neben Bewegung, Medien- und Tabakkonsum sowie dem Umgang mit Stress ein wesentliches Thema [1].

Wer oder was sind die Europa Miniköche?

Wer Europa Minikoch werden will, muss in der Regel zehn bis elf Jahre alt sein und sich für die Zubereitung von Mahlzeiten im professionellen Umfeld einer Gastronomieküche interessieren. Der Lehrgang dauert zwei Jahre. Die Kinder bewerben sich dazu mit Licht-

bild und einer handschriftlichen Begründung, warum sie Minikoch werden wollen.

„Sehr geehrter Herr Mädger, ... kannst Du mir das Kochen beibringen, weil ich kann das nicht und meine Mutter kann das auch nicht.“

(Bewerbungsschreiben eines Kindes)

Einmal im Monat treffen sich die Miniköche zum praktischen und theoretischen Unterricht. Angeleitet von ausgebildeten Köchen und Servicekräften eines Gastronomiebetriebes vor Ort, steht die Zubereitung von einfachen, oftmals regionalen Gerichten im Vordergrund. Dies wird ergänzt durch theoretische Unterrichtseinheiten, Übungen und Exkursionen mit Fachleuten, wie Ernährungsberatern oder Biologen. Zum Abschluss legen die Kinder eine Prüfung ab und erhalten ein spezielles IHK-Zertifikat.

Ziel des Projektes ist es, Essen und Trinken als Kulturgut spielerisch zu vermitteln, damit Kinder selbstbestimmt handeln lernen, ein Bewusstsein für Qualität und Esskultur entwickeln und sich als zukünftige Verbraucher besser ernähren können.

Die Anfänge des Projekts

Im Rahmen eines lokalen Ferienprogramms und auf Bitten seines Sohnes bot der Gründer der Europa Miniköche, Gastronom und Hotelier Jürgen MÄDGER, erstmals 1989 im Sport- und Bildungszentrum Bartholomä (Baden-Württemberg) Kochkurse für Kinder an. Aufgrund der positiven Resonanz und hohen Nachfrage entwi-

ckelte er schrittweise das Konzept der Europa Miniköche und gründete bald eine erste Ortsgruppe. Schnell verbreitete sich das Konzept in Süddeutschland. 23 Jahre später umfasst die zwischenzeitlich gegründete gemeinnützige Europa Miniköche GmbH über 30 Ortsgruppen. Über 400 gastronomische Betriebe, rund 200 Bäcker-, Metzger- und Gärtnereibetriebe v. a. in Deutschland, aber auch in Finnland, der Schweiz, Österreich und Frankreich haben sich bisher beteiligt. Von den über 10 000 Kindern, die am Projekt teilgenommen haben, wählten später ca. 400–500 eine Ausbildung im gastronomischen Umfeld.

Alleinstellungsmerkmale und Besonderheiten

Zwar steht das Erlernen der Zubereitung von Mahlzeiten bei den Miniköchen im Vordergrund, jedoch bietet das Konzept weit mehr als die Aneignung von Kochfähigkeiten. Den Kindern wird vielmehr ein breiter Zugang zu Lebensmitteln, Esskultur und einer gesunden Ernährungsweise ermöglicht. Die Monatstreffen beginnen mit einer Theorieeinheit, die an den schulischen Biologieunterricht anknüpft. Danach werden die Kinder in eine Küchen- und eine Servicegruppe aufgeteilt. Während die einen sich unter fachkundiger Anleitung um die Zubereitung der Mahlzeit kümmern, decken die anderen den Tisch und servieren das Essen, das anschließend gemeinsam eingenommen wird.

„Gesundheit durch richtige Ernährung in einer intakten Umwelt“ ist ein Leitsatz des Projekts: Umweltschutz, ▶

regionale Produkte und Selbsterzeugung spielen bei den Miniköchen daher eine wesentliche Rolle. So baut jede Ortsgruppe in einem eigenen Bauerngarten Gemüse und Salate an. Die Kinder lernen, dass es viel Arbeit erfordert und viel Zeit vergeht, bis Lebensmittel auf dem Teller landen. So erfahren sie anschaulich und direkt den „Wert“ und die Saisonalität von Lebensmitteln. Zugleich werden soziale Kompetenzen eingeübt: z. B. im Team zu arbeiten, Verantwortung zu übernehmen, Regeln zu befolgen, Durchhaltevermögen zu beweisen oder Höflichkeit im Service gegenüber dem Gast aufzubringen.

Soziale Verantwortung ist ein weiteres Ziel, das die Miniköche verfolgen: Mit Sonderaktionen in der Region, wie dem Verkauf selbstgemachter Spätzle auf Stadtfesten, wird Geld eingenommen und an ausgewählte Institutionen gespendet.

Ein weiterer Baustein des Konzeptes und ein wesentlicher Grund für den Erfolg und die gute Vernetzung mit wirtschaftlichen und öffentlichen Akteuren ist der berufsbildende Charakter des Projektes. Politik, Gastronomie und Sponsoren wissen, dass hier potenzieller Nachwuchs heranwächst und kooperieren dementsprechend bereitwillig. Jeder „fertige“ Minikoch hat 20 Monatstreffen im gastronomischen Umfeld verbracht, bringt Wissen und Fähigkeiten mit und weiß zudem bereits, ob dieses Berufsfeld seiner persönlichen Neigung entspricht. Hinzu kommt, dass die Industrie- und Handelskammer (IHK) die Zeit bei den Miniköchen offiziell anerkennt. Das IHK-Zertifikat nach der Abschlussprüfung bescheinigt die Teilnahme an einem berufsvorbereitenden Kurs. Miniköche haben also gegenüber anderen Bewerbern deutliche Vorteile.

All dies offenbart den breiten Ansatz der Miniköche: Neben theoretischem und praktischem Wissenserwerb nehmen die Kinder eine feste Rolle ein und erhalten einen direkten Einblick in den Berufsalltag. Die professionelle Ausstattung der Miniköche ebenso wie Auftritte in der Öffentlichkeit fördern Verantwortungsbewusstsein und Selbstvertrauen. Weil das Gelernte

praktisch umgesetzt und ein fertiges Endprodukt erzeugt wird, birgt jede Lerneinheit ein Erfolgserlebnis.

Struktur und Organisation

Die Ortsgruppen sind in ihrem Aufbau grundsätzlich flexibel, denn sie unterliegen nur wenigen Standards. So kann eine Miniköche-Gruppe als AG im Rahmen der Schule organisiert sein, von einem Gastronomiebetrieb initiiert oder von engagierten Privatpersonen als monatliches Nachmittagsprogramm angeboten werden. Auch muss es nicht zwingend ein einziger Gastronomiebetrieb sein – mehrere engagierte Restaurants können sich den Aufwand teilen. Die Miniköche werden also nicht stärker reguliert als nötig und haben so die Möglichkeit, sich an die regionalen Gegebenheiten anzupassen.

Die Ortsgruppen werden von einem/mehreren Gruppenleitern angeleitet, welche geeignete kooperationswillige Gastronomiebetriebe suchen, für die Zusammenstellung der Kurse sorgen und die Monatstreffen planen. Sie richten sich nach einem inhaltlichen Konzept, das von der gGmbH festgelegt wurde und für alle Ortsgruppen gleichermaßen gilt.

Die gGmbH selbst kümmert sich v. a. um übergeordnete Fragen: Neben der Weiterentwicklung des Konzeptes sind das die Beschaffung der Ausrüstung der Miniköche, der Kontakt zu Großsponsoren, die Organisation von größeren Veranstaltungen, die Spendenverwaltung sowie Teile der Öffentlichkeitsarbeit.

Finanzierung

Die Ortsgruppen kümmern sich selbst um ihre Finanzierung. Mit 1 000 € beteiligt sich ein Schirmherr, i. d. R. aus der lokalen Politik oder Wirtschaft. Die Kosten für die Ausbildung der Miniköche und die damit verbundenen Ausgaben für Lebensmittel und Personal tragen die Gastronomiebetriebe. Die Ausrüstung der Teilnehmer, die u. a. aus einem Materialkoffer, einem hochwertigen Messer und professioneller Kochkleidung besteht, wird von ver-

schiedenen Sponsoren gestellt und darf nach Ende des Lehrgangs behalten werden. Die Kosten für die Theorieeinheiten wiederum werden von einer Krankenkasse getragen.

Diese Form der Finanzierung ermöglicht es, dass die Eltern pro Kind nur einen Organisationsbeitrag von 150 € tragen müssen. Für Kinder, deren Eltern den Betrag nicht zahlen können, stehen zwei subventionierte Plätze pro Ortsgruppe zur Verfügung.

Die Miniköche als Bildungsprojekt

Auch wenn das Projekt der Europa Miniköche nicht primär der Gesundheitsförderung dienen soll, ist ein Gesundheitsnutzen (als Nebeneffekt) zu erwarten, denn es entspricht vielen Anforderungen, wie sie auch für die Gesundheitsförderung formuliert werden [2]. Das Projekt ist jedoch viel breiter angelegt – es dient u. a. der Ernährungs- und Verbraucherbildung (EVB). Die EVB gilt heute als besonders wichtig, damit Kinder zu selbstbestimmten, handlungs- und entscheidungsfähigen Konsumenten heranwachsen. Für Schulen wurden Qualitätskriterien formuliert, von denen die des REVIS-Projektes die bekanntesten sind. Wird das Projekt Miniköche mit den REVIS-Bildungszielen (RBZ) abgeglichen, zeigt sich eine große Übereinstimmung (◆Übersicht 1) [3].

Die Europa Miniköche lernen die Vielfalt der Lebensmittel, ihren Anbau, Herstellung und Saisonabhängigkeit kennen. Sie lernen mit Lebensmitteln umzugehen, sie zu verarbeiten, anzurichten und nach den Regeln der Kultur zu essen (RBZ 3). Das bewirkt ein Gefühl der Kompetenz bei den Teilnehmern und sie erleben ihre eigene Selbstwirksamkeit (RBZ 1, 2, 4). Über die Laufzeit von zwei Jahren steigt die Handlungsfähigkeit der Kinder und sie lernen, Entscheidungen zu treffen (RBZ 1, 2, 5, 6). Es ist außerdem davon auszugehen, dass der Umgang mit Lebensmitteln, deren Verarbeitung und Verzehr dazu führt, dass die Kinder nicht nur den Dingen selbst, sondern auch der damit verbundenen Ar-

Die REVIS Bildungsziele

Die Schüler/-innen...

1. gestalten die eigene Essbiografie reflektiert und selbstbestimmt
2. gestalten Ernährung gesundheitsförderlich
3. handeln sicher bei der Kultur und Technik der Nahrungszubereitung und Mahlzeitengestaltung
4. entwickeln ein positives Selbstkonzept durch Essen und Ernährung
5. entwickeln ein persönliches Ressourcenmanagement und sind in der Lage, Verantwortung für sich und andere zu übernehmen
6. treffen Konsumententscheidungen reflektiert und selbstbestimmt
7. gestalten die eigene Konsumentenrolle reflektiert in rechtlichen Zusammenhängen
8. treffen Konsumententscheidungen qualitätsorientiert
9. entwickeln einen nachhaltigen Lebensstil

Übs. 1: REVIS-Bildungsziele (RBZ) [3]

beit steigende Wertschätzung entgegenbringen (RBZ 3). Da die Arbeitsabläufe in der Gastronomie immer eng an Zeitvorgaben gebunden sind, lernen die Miniköche immer auch die eigene Zeit und Arbeitskraft abzuschätzen (RBZ 5). Schließlich führen der

Wissenserwerb ebenso wie die Schulung von Fähigkeiten und Fertigkeiten dazu, einen eigenen qualitäts- und wertegeleiteten Lebensstil zu entwickeln (RBZ 7, 8, 9) und in diesem Rahmen Entscheidungen für sich und für andere treffen zu können (RBZ 5, 6).

Modell bürgerschaftlichen Engagements

Im Idealfall haben junge Menschen sowohl in der Schule als auch im Elternhaus die Möglichkeit, sich notwendige Alltagskompetenzen anzueignen. Ortsgruppen der Europa Miniköche ermöglichen Kindern dies an einem außerschulischen Lernort. Dafür braucht es jedoch persönliches Engagement und Idealismus. Der stimmige Aufbau der Miniköche schafft für alle Beteiligten eine Win-win-Situation: Die teilnehmenden Kinder erlernen wichtige Kompetenzen, entwickeln sich zu mündigen Konsumenten und erhalten mit dem IHK-Zertifikat Vorteile bei späteren Bewerbungen. Die Eltern werden bei der Erziehung ihrer Kinder zu bewusst handelnden Individuen unterstützt. Die Wirtschaft erhält qualifizierte Nachwuchskräfte, die Gesellschaft profitiert von gesundheitsbewussten, verantwortungsvoll handelnden Verbrauchern.

Für dieses bürgerschaftliche Engagement wurde dem Projekt u. a. der

Dr. Rainer Wild-Preis verliehen.¹ Mit dem Preisgeld sollen ehemalige Miniköche und junge Menschen, die sich auf dem Weg in eine gastronomische Ausbildung befinden, mit neuen Weiterbildungsangeboten bei ihrem Ausbildungsziel weiter unterstützt werden.

Arian Gülker, B.A. Soziologie

Dr. Gesa Schönberger

Dr. Rainer Wild-Stiftung

E-Mail: Gesa.Schoenberger

@gesunde-ernaehrung.org

Literatur

1. BZGA (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung) (2010) Qualitätskriterien für Maßnahmen der Gesundheitsförderung und Primärprävention von Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen. BZGA Köln. Gesundheitsförderung konkret 13
2. Haffner J, Roos J, Steen R et al. (2006) Lebenssituation und Verhalten von Jugendlichen. Ergebnisse einer Befragung 14- bis 16-jähriger Jugendlicher und deren Eltern im Jahr 2005. Gesundheitsbericht Rhein-Neckar-Kreis/Heidelberg, Band 3
3. Hesecker H. REVIS Modellprojekt. Reform der Ernährungs- und Verbraucherbildung in Schulen 2003–2005. Unter Mitarbeit von K Schlegel-Matthies, I Heindl, B Methfessel et al. Universität Paderborn (2005)

¹s. Ernährungs Umschau Heft 7/2012, S. 365