



Naturpark- Kochschule



Naturpark
Südschwarzwald

Gemeinsam auf dem Weg zu gesunder Ernährung

Der Naturpark hat sich die Entwicklung des Südschwarzwalds als Modellregion auf die Fahnen geschrieben. Die gezielte Förderung der Nachhaltigkeit, der Vielfalt, der Regionalität und der Lebensqualität im ländlichen Raum sind dabei seine zentralen Anliegen.

Mit dem Start des Projekts Naturpark-Kochschule bereist ab 2019 ein Ernährungsbus mit mobiler Küche und erfahrener Ernährungsexpertin an Bord den Südschwarzwald. Besucht werden vor allem die Naturpark-Schulen und Naturpark-Märkte, jedoch sind auch Auftritte auf größeren Messen geplant.

Vor dem Hintergrund der „Bildung für Nachhaltige Entwicklung“ werden Themen wie gesunde Ernährung, Nachhaltigkeit, Regionalität und Esskultur behandelt und durch die gemeinsame Zubereitung kleiner Gerichte zugleich anschaulich und greifbar gemacht.

Ziel ist es, Kinder und Erwachsene für die Wichtigkeit einer gesunden und nachhaltigen Ernährungsweise im Alltag zu sensibilisieren.



Nahrungsqualität ist Lebensqualität!

Nachhaltigkeit und gesunde Ernährung sind Themen, die uns alle betreffen – und zwar jeden Tag. Laut des Ernährungsreports 2019 des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) wünschen sich 95 % der Deutschen, dass Kinder die Grundlagen der Ernährungsbildung bereits in der Schule erlernen.

Ein Ziel, dem sich der Naturpark Südschwarzwald e. V. widmen möchte: Leitidee des Projekts Naturpark-Kochschule ist die Sensibilisierung und Motivation von Kindern und Erwachsenen, sich im alltäglichen Leben mit dem Thema „gesunde Ernährung“ vor dem Hintergrund eines nachhaltigen und regionalen Produkteinsatzes auseinanderzusetzen.

Ziel ist es, den Teilnehmenden zu zeigen, dass es Spaß macht, selbst den Kochlöffel zu schwingen und mehr darüber zu lernen, welchen großen Einfluss eine nachhaltige Ernährungsweise auf das eigene Wohlbefinden, aber auch auf unsere Umwelt und Zukunft hat.



Naturpark-Kochschule: Was ist das?

Gesund – regional – nachhaltig – gemeinsam! Die Ziele der Naturpark-Kochschule sind alles andere als kompliziert, dafür jedoch umso wichtiger für unsere Zukunft. Oberste Priorität hat der Spaß am gemeinsamen Kochen, Ausprobieren und Lernen. So können wichtige Themen wie Esskultur, Nachhaltigkeit und Ernährungsbildung nicht nur besprochen, sondern auch verinnerlicht werden, ohne die Teilnehmenden mit trockenen Zahlen und Fakten abzuschrecken. Durch die cleveren Tipps und pfiffigen Rezepte von Kochschul-Ernährungsberaterin Anne Rausch kann das Gelernte auch nach Abfahrt des mobilen Ernährungsbusses einfach im Alltag angewendet werden.

Naturpark-Kochschule bedeutet also:

- Mobiler Ernährungsbuss mit motiviertem Team
- Landschaftspflege mit Messer und Gabel
- Tradition und Esskultur
- Clevere Tipps rund ums Kochen
- Pfiffige Rezepte
- Spaß am Mitmachen und Selbermachen



Unser Konzept:

Spaß am Kochen, Spaß am Lernen

Mit dem mobilen Ernährungsbus macht sich das motivierte Team der Naturpark-Kochschule auf den Weg zu den verschiedensten Orten im Naturpark Südschwarzwald. Pro Jahr werden bis zu 70.000 Menschen auf den Naturpark-Märkten und rund 700 Kinder an den Naturpark-Schulen erreicht.

Bei zielgruppengerechten Koch-Veranstaltungen bereiten die Teilnehmenden kleine Leckerbissen aus regionalen Produkten zu. Gemeinsam werden die ökologischen und sozialen Aspekte des Essens unter die Lupe genommen sowie clevere Tipps zur Auswahl und Verarbeitung von Lebensmitteln weitergegeben.

Nachhaltigkeit steht im Fokus der Naturpark-Kochschule. Das Programm beinhaltet wesentliche Aspekte der Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE): Die Teilnehmenden lernen, wie wichtig es ist, sich bewusst für eine regionale und nachhaltige Ernährung zu entscheiden und damit nicht nur dem eigenen Körper, sondern auch der Umwelt etwas Gutes zu tun. In diesem Zusammenhang sollen Kompetenzen wie vorausschauendes Denken und die Reflexion des eigenen Handelns erworben werden.



Unser Einsatzgebiet

Die Naturpark-Schulen: Mitmischen statt Mitschreiben

Grundgedanke der Naturpark-Schulen ist die Vermittlung von Themen wie Natur, Kultur und Umwelt auf Basis einer Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE). Im Rahmen von Modulen besuchen die Kinder außerschulische Lernorte und erfahren dort von Experten Wissenswertes über die regionalen Besonderheiten ihres direkten Lebensumfelds. Genau diese Verbindung von Lernen und Erleben ist auch Anknüpfungspunkt der Naturpark-Kochschule: Während des Programms sollen neben zielgruppengerechter Ernährungsbildung und Spaß am gemeinsamen Kochen vor allem auch Tradition und Esskultur sowie ökonomische und ökologische Aspekte der Ernährung betrachtet werden. In Verbindung mit verwandten Modulen zum Thema Ernährung sowie der Vor- und Nachbereitung im Unterricht, soll so ein ganzheitliches Bildungserlebnis ermöglicht werden.

Die Naturpark-Märkte: Ein eigenes Süppchen kochen

Wer die Schönheit des Südschwarzwaldes liebt, der möchte seine Natur und Kultur erhalten. Warum nicht durch „Landschaftspflege mit Messer und Gabel“? Auf den beliebten Naturpark-Märkten kann der Südschwarzwald mit allen Sinnen erlebt werden. Da Liebe bekanntlich durch den Magen geht, ist auch hier die Naturpark-Kochschule vertreten. Durch partizipative Koch-Veranstaltungen und die Vermittlung von Hintergrundwissen zum Thema nachhaltige Ernährung sollen unsere kleinen und großen Marktbesuchenden zum Mitmachen, Nachdenken und Nachmachen animiert werden: Gemeinsam werden kleine, regionale Köstlichkeiten wie Birnen-Chutneys, Kräutersalze, Gemüsepasten oder Brotaufstriche hergestellt, die dann, versehen mit einem selbstgestalteten Etikett, mit nach Hause genommen werden dürfen.



Beratung mit Erfahrung: Anne Rausch

Die zertifizierte Ernährungsberaterin der Naturpark-Kochschule, Anne Rausch, ist verheiratet und Mutter von zwei Kindern. Durch ihre Ausbildung zur Hotelfachfrau und mehrjährige Arbeit in der gehobenen Gastronomie wuchs ihre Leidenschaft für Ernährung und Lebensmittelverarbeitung. Im Jahr 2013 folgte ein Studium der Ernährungsberatung.

Anne Rauschs Bestreben ist es, Kindern und Erwachsenen einen Einblick in die „Leichtigkeit des Kochens“ zu geben. Hauptanliegen sind die altersgerechte Ernährungsbildung und Gesundheitsprävention sowie die Vermittlung von Kochkompetenz und Nachhaltigkeit.



Ihre Ansprechpartnerin beim Naturpark Südschwarzwald

Chiara Schuler

Projektkoordination Naturpark-Kochschule

E-Mail: chiara.schuler@naturpark-suedschwarzwald.de

Tel.: 07676 9336-29

Web: www.naturpark-kochschule.de



© 2019 Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck – auch auszugsweise – nur mit Zustimmung des Herausgebers Naturpark Südschwarzwald |

Redaktion und Koordination Chiara Schuler, Valerie Bässler | **Fotos** Anne Rausch, Sebastian Schröder-Esch/Naturpark Südschwarzwald |

Gestaltung www.designconcepts.de | **Überarbeitung** Valerie Bässler |

Druck www.burger-druck.de

Naturpark Südschwarzwald

Haus der Natur

Dr.-Pilet-Spur 4

79868 Feldberg

info@naturpark-suedschwarzwald.de

www.naturpark-suedschwarzwald.de

Unsere Datenschutzerklärung und unser Transparenzdokument nach Art. 13 und 14 DS-GVO finden Sie auf unserer Webseite.

Das Projekt wird durch den Naturpark Südschwarzwald mit Mitteln des Landes Baden-Württemberg gefördert.

