



An die Töpfe, fertig, los! – Neu in Winterthur: gesunder und nachhaltiger Kochkurse für Kinder

Seit 2013 findet in Winterthur der eigens für Kinder entwickelte Kochkurs «chinderchuchi» statt. Die Küche ist gesund und nachhaltig, die Rezepte kindgerecht und vielfältig. Die Kinder kochen selbständig und erleben so hautnah die Zubereitung der leckeren Gerichte. «chinderchuchi» setzt auf Gesundheit, soziales Engagement, Tier- und Umweltschutz. Spielerisch und mit viel Raum für Neugier und Kreativität wird das Kochen für die Kinder zum Erlebnis.

Erleben, entdecken, gemeinsam geniessen!

Bei «chinderchuchi» erleben die Kinderköche selber, wie gesundes, leckeres und nachhaltiges Essen einfach zubereitet wird. Spass, Neugier und Kreativität stehen dabei im Vordergrund, damit die Kinder das Kochen auf spielerische Art entdecken können. «Dass alle zusammen gekocht haben und dass eine so gute Stimmung war», gefiel einer Kinderköchin am Klimacamp ZH am besten. Es wird viel Wert darauf gelegt, dass die Kinder selbständig und gleichzeitig sicher kochen können. Eine gute Betreuung und genügend Zeit schaffen den geeigneten Rahmen dafür. Die Kinder erleben einen abwechslungsreichen und probierfreudigen Nachmittag mit gemeinsamem Abendessen. «Mir hat das Kuchenbacken und das Probieren am besten gefallen.» (Kinderköchin Klimacamp ZH) «chinderchuchi» wird kostendeckend und nicht gewinnorientiert durchgeführt. Der Kurs kostet CHF 35.– pro Kind. Familie und Freunde können gegen einen kleinen Betrag von CHF 15.– pro Person ab 17.00 Uhr die von den Kinderköchen gezauberten Köstlichkeiten mitgeniessen.. Als Auftaktaktion lädt «chinderchuchi» Familie und Freunde jedoch zum freien Schlemmen ein.

Engagiert, begeistert und ganzheitlich!

«chinderchuchi» baut auf soziales Engagement. Das Projektteam, bestehend aus Mona Friedl, Arjeta Qerreti und Daniel Rütthemann, realisiert die Kinderkochkurse nebenberuflich und ehrenamtlich aus Begeisterung an der Sache. «Ich liebe es, mit Kindern zusammenzuarbeiten und gleichzeitig liegt mir ihr Wohlergehen und ein achtsamer Umgang mit der Mitwelt sehr am Herzen. Bei chinderchuchi kann ich das alles verbinden» freut sich Arjeta Qerreti (Co-Projektleitung «chinderchuchi», Erziehungs- und Umweltwissenschaftlerin MA).

«Mit einer rein pflanzlichen Ernährung bietet sich jedem ein einfaches, aber wirkungsvolles Mittel, sich für Tiere, die Natur und andere Menschen einzusetzen und sich dabei gesund zu ernähren», sagt Daniel Rütthemann (Co-Projektleitung chinderchuchi, Polygraf). Durch die Verwendung von saisonalen, regionalen und pflanzlichen Lebensmitteln aus fairem Handel achtet «chinderchuchi» auf Tier- und Umweltschutz sowie auf würdige Arbeitsbedingungen. Wann immer möglich kommen recycelte und wiederverwendbare Materialien zum Einsatz. Weiter unterstützt «chinderchuchi» verschiedene Institutionen wie z.B. die Brühlgut Stiftung, in der die Dekoration hergestellt wird. Verschiedene soziale und ethische Aspekte können so vereint und im Alltag gelebt werden.

Mona Friedl (Co-Projektleitung «chinderchuchi», Pflegefachfrau HF) ist vertrauensvoll: «Kinder sind unsere Zukunft: Wenn sie für ihre Umwelt sensibilisiert, zu selbständigem Denken und Handeln befähigt werden und gesund bleiben, können wir entspannt nach vorne blicken.»

Ansprechperson für Medien:
chinderchuchi
Arjeta Qerreti

www.chinderchuchi.ch
arjeta@chinderchuchi.ch
Mobile 076 479 27 37