

# Rap-Video für Kinder zur Ernährungsbildung

geschrieben von Redakteur | November 15, 2021



## Song der Saison – nachhaltig Essen lernen

Foodsaving, Zero Waste oder Meal Prepping – was wie der Trend einer jüngeren Generation klingt, ist für ältere Menschen oftmals ganz selbstverständlich. Bei der Vermeidung von Lebensmittelresten und dem Wissen über saisonale Ernährung ist die ältere Generation ganz vorne dabei. Gerade in Bezug auf eine nachhaltige Ernährung können junge Menschen also viel von der älteren Generation lernen. Und genau darum geht es auch beim Kochprojekt Die Küchenpartie mit Peb und in dem neuen Musikvideo „Song der Saison“.

## Nachhaltige Ernährung – ein Thema für alle Generationen

Das vom Bundesernährungsministerium (BMEL) im Rahmen des Nationalen Aktionsplans IN FORM geförderte Projekt wird von der Plattform Ernährung und Bewegung durchgeführt. Es setzt

sich dafür ein, mit generationsübergreifenden Kochaktionen den Wissensaustausch zwischen Alt und Jung anzustoßen, die Ernährungskompetenz zu stärken und die soziale Teilhabe zu fördern. Zusammen mit dem Koch und Rapper Paul Denkhaus hat Die Küchenpartie mit peb nun das Musikvideo „Song der Saison“ herausgebracht. „Wissensvermittlung erfolgt ganz unterschiedlich – neben den praxisorientierten Kochaktionen können gerade kreative Zugänge eine besondere Aufmerksamkeit bei Kindern und Jugendlichen schaffen und somit nachhaltiger wirken. Musik ist dafür ein wunderbares Medium.“, so Mirko Eichner, Geschäftsführer der Plattform Ernährung und Bewegung (peb).

## **Die eigene Mahlzeit klimafreundlicher gestalten**

Hat das Obst und Gemüse Saison? Wo kommt mein Essen her? Wie kann ich Lebensmittelreste vermeiden? Wie der Songtext spielerisch vermittelt, gibt es viele Stellschrauben im Alltag, um die eigene Mahlzeit klimafreundlicher zu gestalten. Zu lernen, wo unsere Lebensmittel herkommen und wie diese verarbeitet werden können sind wichtige Faktoren, um die eigene Ernährungskompetenz zu stärken. Und so zieht Denkhaus im Video mit Jung und Alt auf den Markt, um im Herbst Kürbisse zu kaufen und zeigt beim gemeinsamen Kochen, wie diese ganz leicht im herzhaften Waffelrezept der Küchenpartie mit peb verarbeitet werden. Natürlich regional, saisonal und ein köstlicher Genuss für beide Generationen.

## **Kochen, Rezepte und Ernährungswissen: Die Küchenpartie mit peb**

In den Kochaktionen der Küchenpartie mit peb treffen an vier Aktionstagen Kinder und Jugendliche zwischen 10 und 14 Jahren

und ältere Teilnehmende ab 65 Jahren am Herd aufeinander, um einerseits Wissen und kulinarische Erfahrungen auszutauschen und andererseits ihre Kenntnisse über Lebensmittel sowie deren Herkunft und Zubereitung zu erweitern. Neben den Kochaktionen werden auf der Webseite [www.diekuechenpartie.de](http://www.diekuechenpartie.de) sowie den Social Media Kanälen projektbegleitend Tipps, Tricks und einfache Rezepte geteilt. Diese informieren und motivieren dazu, den Kochlöffel öfter selbst in die Hand zu nehmen – denn die Fähigkeit, selbst kochen zu können, ist ein wichtiger Schritt, um das eigene Ernährungsverhalten aktiv und ausgewogen zu gestalten.

Das Musikvideo „Song der Saison“ und das Rezept der herzhaften Kürbiswaffeln können unter <https://www.diekuechenpartie.de/song-der-saison/> aufgerufen werden. Teilen auch Sie das Video auf Ihrer Website oder Ihren Social Media Kanälen, um gemeinsam mit der Küchenpartie mit peb auf das Thema aufmerksam zu machen! Die Pressemitteilung und Pressefotos stehen ebenfalls unter folgender Website zum Download bereit: <https://www.diekuechenpartie.de/song-der-saison/>

Die Küchenpartie mit peb organisiert deutschlandweite Kochaktionen und motiviert Jung und Alt dazu, den Kochlöffel öfter selbst in die Hand zu nehmen. Denn die Fähigkeit, selbst kochen zu können, ist ein wichtiger Schritt, um das eigene Ernährungsverhalten – egal, ob alt oder jung, aktiv und ausgewogen zu gestalten. [www.diekuechenpartie.de](http://www.diekuechenpartie.de)