

Das deutsch-türkische Kiezkochbuch wurde im Rahmen des BKK-Modellprojekts „Migrantinnen als Gesundheitsmanagerinnen in der Familie“ gemeinsam mit türkischen Müttern entwickelt. Das BKK-Programm „Mehr Gesundheit für Alle“ will einen Beitrag zu mehr gesundheitlichen Chancen auch in schwierigen Lebenslagen leisten.

Alle Informationen finden sich auch im Internet unter:

www.patienteninfo-berlin.de

oder fordern Sie das Material bei Gesundheit berlin e.V. an

- per Post (siehe Postkarte).
- per Telefon (030) 443 190 60
- per Fax (030) 443 190 63
- per Mail post@patienteninfo-berlin.de

Bitte senden Sie mir

- den Leitfaden zur Durchführung kultursensibler Koch- und Ernährungskurse
- das Manual zum Kurs
- das deutsch-türkische Kochbuch mit Ernährungstipps

Bitte
freimachen

Absender:

Name, Vorname:

ggf. Institution

Straße

PLZ, Ort

Telefon, Fax

Mail

Gesundheit Berlin e.V.
Friedrichstraße 231
10969 Berlin

Gesund essen mit Freude

Materialien zur Durchführung kultursensibler Koch- und Ernährungskurse

Ein Angebot unter der Schirmherrschaft der Bundesministerin für Verbraucherschutz, Ernährung und Landwirtschaft Renate Künast und des Türkischen Botschafters in Deutschland Mehmet Ali İremçelik



KOCHBUCH

Das Kochbuch in türkischer und deutscher Sprache enthält Rezepte und Informationen rund um die Themen „Gesunde und ausgewogene Ernährung“, „Kinderernährung“, „Prävention von Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen“ und „Prävention von Essstörungen“. Es kann ebenfalls komplett unter www.patienteninfo-berlin.de heruntergeladen werden.

KURSMANUAL

Ergänzend zum Kochbuch entstand ein Kursmanual, mit dem die Durchführung kultursensibler Kurse zur Vermittlung gesunder Ernährung erleichtert wird. In zehn bis zwölf Veranstaltungen kann so in einem Wechsel aus Theorie und praktischen Kocheinheiten gesundes, an den Ressourcen und Essgewohnheiten der Familien orientiertes Ernährungsverhalten erprobt werden.

LEITFADEN

Das Angebot soll insbesondere Multiplikator/-innen im Stadtteil, in Kitas und Schulen zur Durchführung kultursensibler Koch- und Ernährungskurse ermutigen. Ein Leitfaden gibt Tipps für die Durchführung und Finanzierungsmöglichkeiten entsprechender Angebote und nennt wichtige Ansprechpartner.