



## UNSER HERZENSPROJEKT: KIKOMO- DAS NACHHALTIGE KINDER-KOCH-MOBIL

Ab Herbst 2018 sind wir damit an **Schulen, Horten und Kitas** für **Kochkurse** unterwegs. Bei Projekttagen und Schulfesten erleben Kinder, wie **lecker gesunde Ernährung** sein kann. Mit einem Team aus unseren erfahrenen Köchen und sozialpädagogischen Mitarbeitern können jeweils bis zu 10 Kinder gleichzeitig hier zubereiten, kochen und gemeinsam genießen.

Das **autarke Kochmobil** hat eine eigene **Solarversorgung** für die professionelle **Küchenausstattung** und eine integrierte Wasserversorgung mit einem biologischen Kreislaufsystem. Auch die Bau- und Dämmstoffe sind **regional und nachhaltig**, genauso wie die eingesetzten Lebensmittel, die saisonal, biologisch, fair gehandelt und natürlich frisch und sorgsam zubereitet werden.

Wir werden **alters- und zielgruppengerechte Erlebniseinheiten** anbieten, die gut in den Bildungsplan zu integrieren sind, und sich auch mit der Rolle des Essens und unserer Ernährung beschäftigt. In Absprache mit den Schulen werden wir praktisch erlebbar machen, was zu nachhaltigem Genuss gehört, wie man mit häufig einfachen Mitteln **saisonale Speisen klimafreundlich** zubereiten und durch gute Kommunikation zu einem wertschätzenden sozialen Miteinander kommen kann. Dabei sind auch physikalische Erprobungen z.B. durch die Autarkiemodule des KiKoMo möglich. Auch bei **Schulfesten** können wir leckere nachhaltig gesunde Angebote entwickeln und zubereiten. Inetriert werden könne Eltern-Kind-Kochkurse, die dabei helfen, nachhaltige, klimaschonende Mahlzeiten in den persönlichen Alltag zu integrieren.

Den Bau des KiKoMos haben wir bisher bereits aus Spenden und Eigenmitteln finanziert. Für den **Betrieb und die weitere Ausstattung** suchen wir jetzt Unterstützer, die unsere Idee mittragen.

Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldung!  
Ihr Team vom Tischlein Deck Dich e.V. & Vitale Lunchbox gGmbH

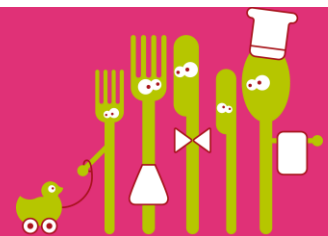
nachhaltig  
lecker  
klimafreundlich

Wertevermittlung  
rund ums Essen  
für Kinder

Wir brauchen Ihre  
Unterstützung und  
bitten um Spenden!

mit absetzbarer  
Spenden-  
bescheinigung

Kontakt:  
Veronika Pepper  
T: 0174 188 04 12



TISCHLEIN DECK DICH e.V.  
GEMEINSAM KOCHEN • ESSEN • ERLEBEN • NEUES ENTDECKEN

Vitale  
LUNCHBOX

Wohlschmeckendes und vitales Essen  
für Karlsruher Kinder & Jugendliche



## UND DAS GEHÖRT ZUM EINSATZ DES KIKOMOS:

### VORHER

- Vorbereitung und Abstimmung der gewünschten pädagogischen Schwerpunkte mit der Schule; ggf. Einbindung der jeweiligen Lehrkräfte zur Vorbereitung
- Stellung von geeigneten Materialien zur Vorbereitung von Kindern, Lehrern und Eltern
- Planung des Einsatzes: Gruppenzusammensetzung von jeweils 10 Kindern, jede Gruppe ca. 2,5 bis 3 Stunden inklusive Vorbereitung, Zubereitung und gemeinsamer Verzehr
- Abstimmung des Begleitkonzeptes: ggf. Einbindung weiterer Beteiligten, z.B. Schülerzeitung, MultiMedia-Team, andere Fachlehrer
- Anlieferung und Aufstellung des Kochmobils, Erledigung der Formalia (Genehmigung)
- Planung des notwendigen Koch- und pädagogischen Teams
- Vorbereitung und Lieferung der Lebensmittel und Materialien (Schürzen, Hygieneartikel wie Schuh-Überzieher, Handtücher etc.)

### WÄHREND

- Einweisung in die hygienischen Grundlagen, Durchführung der Hygieneschulung
- Kennlernrunde und Konzeptvorstellung, Entwicklung von Regeln für soziales Miteinander
- Gemeinsame Planung und Teameinteilung für die Aufgaben, Verantwortlichkeiten
- Vorbereitung der Lebensmittel, Lebensmittelkunde, Herkunft etc.
- Zubereitung mit Einführung verschiedener Handwerksutensilien und Verarbeitungstechniken, ggf. technische Einweisung für Geräteinsatz
- Gemeinsames Tischdecken, Vorbereiten der Tischrunde, Getränke
- Gemeinsames Essen und Geniessen
- Aufräumen, ggf. Reste versorgen, Reinigung der genutzten Utensilien
- Schlusrunde mit Ergebnissicherung, Ausblick, Verabschiedung

### NACHHER

- Zertifikat für jeden Teilnehmer
- Berichterstellung für die Schule
- Rezepte für Zuhause, weitere Materialien für schulinterne Verwendung
- Auswertung von Feedback & Lessons learned
- Ggf. Folgeaktivitäten – nach Vereinbarung

Wir möchten das für die Kinder und Schulen **kostenfrei** anbieten.  
Deshalb suchen wir **Unterstützer** durch Spenden– sind Sie mit dabei?  
**Spendenkonto direkt oder über [www.betterplace.org/p62937](http://www.betterplace.org/p62937)**

