

## Zu Tisch! Gesunde Mahlzeiten für hungrige Kinder

Die Stiftung Bürger für Leipzig und das Leipziger Gesundheitsamt stellen anlässlich des bundesweiten Aktionstages für gesunde Ernährung am 7. März ihr Gemeinschaftsprojekt „Zu Tisch!“ vor.

### Ernährungsarmut ist Ursache

In vielen Familien gehören frisches Obst, Gemüse und Vollkornprodukte zum täglichen Angebot. In einkommensschwachen Familien steht weit seltener gesundes Essen auf dem Tisch. Dafür fehlt schlichtweg das Geld. Alleinerziehende mit Bürgergeld haben im Schnitt pro Tag 6,03 Euro, für Kinder unter sechs Jahren nur 3,42 Euro für Lebensmittel zur Verfügung.

Asylsuchende noch weniger.

18 Prozent aller Leipzigerinnen und Leipziger sind arm oder von Armut bedroht. Ergo ist auch Ernährungsarmut weit verbreitet. Das führt nicht nur zu ungesunder Ernährung, sondern aus Scham oft auch zum sozialen Rückzug und Einsamkeit.

### Durch den Tag mit einem Schokoriegel

Christian Fuchs, Leiter des Offenen Freizeittreffs Rabet an der Eisenbahnstraße, berichtet:

*„Häufig kommt von den Kindern und Jugendlichen nach dem ersten ‚Hallo‘ schon die Frage, ob denn heute gekocht wird oder ob noch Obst da ist. Viele Kinder haben außer einem Schokoriegel in der Schulpause den Tag über noch nichts weiter gegessen.“*

Dass das eher die Regel als die Ausnahme ist, erleben Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in den Freizeittreffs der Brennpunktgebiete. Deshalb werden hier seit einer Weile regelmäßig gesunde, kostenfreie Mahlzeiten zubereitet. Die Teams haben sich weitergebildet und kochen regelmäßig gemeinsam mit den Gästen aller Altersgruppen.

### Ernährungsbedingte Erkrankungen vermeiden

Noch einmal Christian Fuchs: „Es wird zu viel Junk- und Fast Food gegessen. Die Risiken für spätere Adipositas oder Diabetes-Erkrankung sind längst bekannt. Deshalb wollen wir den Kindern und Jugendlichen im Kochprojekt zeigen, wie sie sich gesund und preiswert ein Essen kochen können.“

### Gesund und gemeinsam essen

Dr. Ulrike Leistner vom Gesundheitsamt Leipzig ergänzt: *„Eine gute abwechslungsreiche Ernährung ist wesentlich für ein gesundes Aufwachsen. Wir wollen mit dem Projekt nicht nur Essen austeilen. Kinder und Jugendlichen sollen die Möglichkeit bekommen, die Vielfalt gesunder Lebensmittel kennenzulernen, sich handlungspraktisches Wissen zur Verarbeitung anzueignen und natürlich – auch das ist wichtig – das Essen in der Gemeinschaft bewusst zu genießen.“*

### Spenden helfen

Angelika Kell, Vorstandsvorsitzende der Bürgerstiftung ist optimistisch, dass viele Leipzigerinnen und Leipziger für dieses Anliegen spenden werden.

*"Hunger von Kindern und Jugendlichen vor der eigenen Haustür ist nicht akzeptabel. Deshalb rufen wir die Bürgerschaft, Unternehmen, Krankenkassen und Initiativen auf, sich für das Projekt zu engagieren. Jeder Beitrag – ob einmalig oder regelmäßig – hilft."*

Die Bürgerstiftung steht hinter dem Projekt "Zu Tisch!" und hat gemeinsam mit dem Gesundheitsamt die Spendenkampagne gestartet. Ziel ist, dass diese Angebote verlässlich fortgeführt werden können. Pro Jahr wird der Bedarf auf rund 10.000 Euro geschätzt. Die Spendengelder werden ausschließlich für den Kauf frischer Lebensmittel benötigt.

Spendenlink: [www.buergerfuerleipzig.de/spenden](http://www.buergerfuerleipzig.de/spenden)

### Video zum Projekt

Für die Spendenkampagne wurde ein Video gedreht. Damit bekommen Sie einen Einblick in die Arbeit der Freizeiteinrichtungen, die sich am Kochprojekt beteiligen. Gedreht hat: Anett Krause.

Die Herstellung des Videos wurde gefördert vom Gesundheitsamt der Stadt Leipzig. Die Öffentlichkeitsarbeit wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushaltes.

### Rückfragen?

Angelika Kell steht Ihnen gern für Rückfragen zum Projekt zur Verfügung. Sie erreichen sie per E-Mail unter [postbuergerfuerleipzig.de](mailto:postbuergerfuerleipzig.de) und telefonisch unter 0341 960 15 30

Bei fachlichen Fragen hilft Dr. Ulrike Leister unter 0341 1236787 (Gesundheitsamt Leipzig).