

## Interesse geweckt? Meldet euch!

0431 - 62706  
kontakt@dge-sh.de

Weitere Informationen und  
einen Blick in die Entwick-  
lung des Projektes findet ihr  
auf unserer Webseite!



# COOL KOCHEN

## Theorie und Praxis für Fachkräfte in der Jugendarbeit

zielgruppengerecht  
nachhaltig  
einfach cool



*„Pommes, Burgerbuns und Patties waren  
nicht nur einfach und zügig selbstgemacht,  
sondern haben auch den Jugendlichen ge-  
schmeckt, die gar nicht glauben konnten,  
dass darin kein Fleisch war!“*

Torsten Siggelow, Jugendtreff Gutti

Deutsche Gesellschaft  
für Ernährung e. V.  
Sektion Schleswig-Holstein

Hermann-Weigmann-Str. 1  
24103 Kiel



Gemeinsames Kochen in Einrichtungen der Jugendarbeit wird immer beliebter. Jugendliche erleben hierbei Empowerment, entwickeln praktische Life Skills und lernen, sich mit gesunden Mahlzeiten zu versorgen. Unsere kompakten und zielgruppenorientierten COOL KOCHEN-Schulungen machen Fachkräfte aus diesem Setting mit Theorie und Praxis fit für cooles Kochen in der Jugendarbeit.

### COOL KOCHEN wurde gemeinsam mit Praktiker\*innen aus der Offenen Kinder- und Jugendarbeit entwickelt

COOL KOCHEN passt zu euch! Um eure Bedürfnisse möglichst gut zu treffen, haben wir bei der Entwicklung des Konzeptes eng mit Mitarbeiter\*innen aus den Mädchen- und Jugendtreffs der Stadt Kiel zusammengearbeitet. Und wir lernen gerne von euch dazu, um COOL KOCHEN noch passgenauer zu gestalten!



### COOL KOCHEN ist gedacht für ...

Beschäftigte in der (Offenen) Kinder- und Jugendarbeit, z. B. in Jugendtreffs, Sportvereinen und Jugendfreizeitgruppen. Wir schulen ganze Teams oder Vertreter\*innen aus verschiedenen Einrichtungen. Die Gruppengröße ist abhängig vom Veranstaltungsort.



### COOL KOCHEN ist Theorie und Praxis aus einem Guss

Die „Wissensbausteine“ liefern euch verständlich aufbereitetes Hintergrundwissen zu relevanten Ernährungsthemen, wie z. B. Fast Food, Energydrinks, Energiebedarf und -zufuhr, Proteine und Sporternährung.



In den Praxisphasen probiert ihr COOL KOCHEN-Rezepturen für Trendgerichte wie z. B. vegane Burger, Chili sin Carne oder Curries aus, die ihr später in eure Arbeit übernehmen könnt.

### Welche Wissensthemen und Gerichte ihr in eurer COOL KOCHEN-Veranstaltung haben wollt, bestimmt ihr!

### COOL KOCHEN kommt zu euch

Das COOL KOCHEN-Team kommt in eure Einrichtungen oder an andere geeignete Veranstaltungsorte. Bei Bedarf bringen wir die Kochausrüstung mit und machen den Ort eurer Wahl zu einer COOL KOCHEN-Küche!



### COOL KOCHEN ist zeitlich flexibel

Wir planen eure COOL KOCHEN-Veranstaltung(en) nach euren Bedürfnissen und Möglichkeiten. Von ganztägigen Einzelterminen bis hin zu mehrtägigen Veranstaltungsreihen ist alles möglich.



### Und was kostet COOL KOCHEN?

Die Kosten eurer COOL KOCHEN-Veranstaltung(en) richten sich nach dem gewünschten Umfang und der Häufigkeit der Schulungen. Gern erstellen wir ein individuelles Angebot!

