

„Die Familienkochkursreihe“ –

„Wir essen uns fit – eine leckere Familienküche für alle“ - ein Projekt in Kooperation mit der Allgemeinen Ortskrankenkasse (AOK) und dem Ministerium für Klimaschutz, Umwelt, Energie und Mobilität (MKUEM)

I. Hintergrund:

Gesundes Essen ist Genuss – und eine ausgewogene Ernährung ist das beste Rezept für eine gute Gesundheit.

Ausgewogene Ernährung ist ein wesentlicher Bestandteil eines gesundheitsförderlichen Lebensstils. Selbst kochen kann einen wichtigen Beitrag dazu leisten, denn durch die Zubereitung von Mahlzeiten kann Lebensmittelwissen erweitert und Einfluss auf die Auswahl der Zutaten genommen werden. Aufgrund des gesellschaftlichen Wandels und des wachsenden Lebensmittelangebots wird heute jedoch häufig nicht mehr selbst gekocht. In der Folge gehen auch ernährungsbezogene Kompetenzen verloren.

Jedoch ist Kochen ein wichtiger Teil des Alltags, der mal mehr und mal weniger Zeit in Anspruch nimmt. Deshalb werden in vielen Familien Kinder und Jugendliche oft nicht in die Vorbereitungen einbezogen, sie bekommen das Essen fertig am Tisch serviert. Hier liegt eine große Chance für die Entwicklung der gemeinsamen Esskultur und Ernährungsbildung in der Familie. Denn Kinder und Jugendliche haben häufig großes Interesse und viel Spaß daran, in der Küche mitzuhelfen. Mahlzeiten planen und selber kochen ist für alle ein schönes Erlebnis.

Familienessen verbindet - Alle an einem Tisch!

Eigene Vorlieben und Besonderheiten – Das alles zusammen macht die eigene „Esskultur“ einer Familie aus, die ein Gefühl der Zugehörigkeit und des Zusammenhaltes stärken lässt. Oft ist das gemeinsame Essen im Alltag aber eine Seltenheit. Zwischen Kita, Schule, Beruf und Freizeit ist das Zeitfenster sehr klein. Da ist es eine Herausforderung, alle gleichzeitig an den Tisch zu bekommen und in Ruhe gemeinsam zu essen.

Insbesondere Familien aus belasteten Lebenssituationen sind auch im gesundheitlichen Sinne benachteiligt. Deren Kinder und Jugendliche zeigen häufiger

gesundheitsschädliche Verhaltensweisen, wie zum Beispiel ungesunde Ernährungsgewohnheiten. Oft fehlt den Familien das Wissen darüber, was gesundheitsförderliche Ernährung ausmacht, mehr noch wie sie praktisch umgesetzt werden kann.

Unterschiede zwischen Kindern aus armen Familien und Kindern aus wohlhabenden Familien zeigen sich: Je niedriger der sozioökonomische Status ist, desto stärker und häufiger haben sie mit Übergewicht und gesundheitlichen Folgeerscheinungen zu kämpfen.

Deshalb ist es wichtig, schon Kinder an einen gesunden Lebensstil heranzuführen und ihre Eltern als Unterstützer*innen zu gewinnen und zu erreichen.

An dieser Stelle soll die Reihe der Familienkochkurse ansetzen.

Im Rahmen von 20 möglichen Modulen wird Wissen und praktische Anleitung rund um die Zubereitung von gesunden und leckeren Gerichten vermittelt.

Themenbezogene Rezepte werden zusammen gekocht und anschließend in geselliger Runde probiert. Teilnehmende sollen Familien mit ihren Kindern sein.

II. Grundsätze zur Förderung der „Familienkochkursreihe“ für die Familienbildungsstätten, Häuser der Familie und für die Familienzentren“ für das Jahr 2026

Das Land fördert nach Maßgabe der folgenden Grundsätze aufgrund von § 16, Abs. 2 des Achten Buches Sozialgesetzbuch (SGB VIII) und § 17 des Landesgesetzes zur Ausführung des Kinder- und Jugendhilfegesetzes (AGKJHG) vom 21. Dezember 1993 (GVBl. Seite 632) vorbehaltlich zur Verfügung stehender Haushaltsmittel Projekte der Familienbildungsstätten, anerkannte Häuser der Familie und der Familienzentren zum Thema „Die Familienkochkursreihe“.

Fördervoraussetzungen und Förderungsberechtigung:

Die Förderung in Form einer Projektförderung gilt für Familienbildungsstätten, anerkannte Häuser der Familien und Familienzentren, die in eigener Verantwortung mindestens 5 Module (fakultativ 5 weitere Module) der Familienkochkursreihe durch

geschulte Multiplikatoren / Multiplikatorinnen durchführen. Die beiden ersten Module der Familienkochkursreihe sind für die Familieninstitutionen verpflichtend durchzuführen, alle weiteren können ausgewählt werden.

Die Schulung der Multiplikator:innen erfolgt durch die AOK. Es gibt 4 Themenblöcke, an 3 davon müssen die Multiplikator:innen in Form von kostenfreien Schulungen à 2 Stunden online teilnehmen. Die notwendige Schulung gilt nur für Einrichtungen, die die Schulung noch nicht durchgeführt haben.

An jedem Modul der Familienkochkursreihe sollen insgesamt etwa 10 Personen teilnehmen.

Der Projektzeitraum für die Durchführung der Module muss zwischen dem **01. April 2026** und dem **31. Dezember 2026** liegen.

Die Förderung setzt voraus, dass von den teilnehmenden Familieninstitutionen folgende Bedingungen erfüllt werden:

1. Ein Multiplikator/ eine Multiplikatorin der jeweiligen Institution hat die Schulung der AOK zur Durchführung der Familienkochkursreihe (3 Module) absolviert.
2. Eine Erstbelehrung bzw. eine Folgebelehrung nach dem Infektionsschutzgesetz durch das örtlich zuständige Gesundheitsamt ist Voraussetzung für die Durchführung der Modulreihe. Die kostenpflichtigen Gebühren dafür werden von der AOK übernommen.
3. Die räumlichen Voraussetzungen zur Durchführung der Familienkochkursreihe sind gegeben (Küche und Essgelegenheit). Die Module können auch in digitaler Form durchgeführt werden.
4. Der Zuwendungsempfänger oder Zuwendungsempfängerin weist die personellen und organisatorischen Voraussetzungen zur Sicherstellung der Umsetzung des Konzepts nach und legt einen entsprechenden Kosten- und Finanzierungsplan vor. Bei den Personalkosten gilt das Besserstellungsverbot, d.h. der Zuwendungsempfänger darf seine Beschäftigten finanziell nicht besserstellen als vergleichbare Landesbedienstete. Höhere Vergütungen als nach dem BAT oder

MTArb sowie sonstige über- und außertarifliche Leistungen dürfen nicht gewährt werden. Bei Personalkosten ist der Stundenumfang sowie die Eingruppierung der Person zwingend anzugeben.

5. Es erfolgt eine verpflichtende Dokumentation und Auswertung des Projekts.

Förderhöhe und Verfahren:

1. Der Landeszuschuss erfolgt in Form einer Pauschale als Festbetragsfinanzierung in Höhe von 200,- Euro pro Modul. Eine Förderung ist erst ab 5 Modulen möglich. Die Mittel sind vorrangig zur Finanzierung des zusätzlichen personellen Aufwands und zudem für Sach- und Projektkosten (keine Kostenübernahme für Lebensmittel) zu verwenden.
2. Lebensmittelkosten werden pro Modul von der AOK in Höhe von € 100,- bezuschusst. Hierzu muss ein entsprechender Antrag bei der AOK gestellt werden. Die sachgerechte Verwendung der erhaltenen Förderung für Lebensmittel wird auch bei der AOK nachgewiesen.
3. Der Antrag mit einem entsprechendem Kosten- und Finanzierungsplan ist vor Beginn des geplanten Projekts beim Ministerium für Familien, Frauen, Kultur und Integration (Frau Silke Kröhl) bis spätestens **31. Mai 2026** einzureichen.

Gemäß Ziffer 1.3 der Verwaltungsvorschriften zu § 44 Landeshaushaltsordnung (LHO) dürfen Zuwendungen zur Projektförderung nur für solche Vorhaben bewilligt werden, die noch nicht begonnen worden sind.

Von diesem Verbot kann die Bewilligungsbehörde jedoch im Einzelfall Ausnahmen zulassen. Eine solche Ausnahme kann jedoch nur auf Antrag (Vorlage mindestens 4 Wochen vor Projektbeginn) bewilligt werden, solange mit dem Vorhaben noch nicht begonnen wurde. Eine nachträgliche Genehmigung nach bereits erfolgtem Beginn ist nicht möglich.

Es wird darauf hingewiesen, dass aus einer Ausnahmegenehmigung zum vorzeitigen Vorhabenbeginn noch keinerlei Ansprüche auf die tatsächliche Förderung eines Projektes hergeleitet werden können.

4. Der Verwendungsnachweis ist gegenüber dem Ministerium für Familie, Frauen, Kultur und Integration zu führen. Er enthält neben dem rechnerischen Nachweis und der Teilnehmendenanzahl einen Sachbericht über die Umsetzung der Module und eine statistische Auswertung. Der Verwendungsnachweis muss bis spätestens sechs Monate nach Projektende dem Ministerium vorgelegt werden.

III. Inkrafttreten

Die Fördergrundsätze treten ab sofort in Kraft