



## **Düsseldorfer Grundschüler zu Gast bei KochDichTürkisch**

**KochDichTürkisch lädt die an der Initiative „SMS. Sei schlau. Mach mit. Sei fit.“ des Deutschen Diabetes-Zentrums teilnehmenden Kinder zu einem Kochkurs ein.**

(Düsseldorf, 27.05.2016) Fehlende Bewegung und eine unausgewogene Ernährung sind Hauptgründe für Übergewicht bei Kindern in der Schule, dem wichtigsten Risikofaktor für Typ-2-Diabetes im späteren Lebensalter. Deutschlandweit durchgeführte Untersuchungen zeigen, dass Kinder mit Migrationshintergrund ein besonders hohes Risiko aufweisen. Aus diesem Grunde lädt die Initiative „SMS. Sei schlau. Mach mit. Sei fit.“ gemeinsam mit KochDichTürkisch zu einem Kinderkochkurs ein. Die aus dem WDR-Fernsehen bekannten Kochbuchautoren Orkide und Orhan Tançgil legen großen Wert auf eine authentische Küche. So lernen die Kinder die Vielfalt der türkischen Küche kennen und haben Gelegenheit, kleine Mahlzeiten selbst zuzubereiten. Die Speisen werden gemeinsam gegessen und so schmecken plötzlich Gerichte, die die Kinder bis dahin gar nicht kannten. Am Ende dürfen die Kinder die gekochten Rezepte natürlich auch mit nach Hause nehmen.

„Das Kochen mit Kindern ist eine besonders gute Möglichkeit, Zeit mit ihnen zu verbringen und ihre Neugierde zu wecken. Kinder beim Kochen mit einzubeziehen, ist auch langfristig gesehen wichtig, um sie auf Dauer an gesunde Ernährung heran zu führen.“, wissen Orkide und Orhan Tançgil. „Mit diesem Angebot möchten wir den bei der Mehrzahl der teilnehmenden Kinder bestehenden Migrationshintergrund berücksichtigen.“, betont Projektleiter Prof. Dr. Karsten Müssig.

Mit der von Prof. Dr. Karsten Müssig geleiteten Initiative „SMS. Sei schlau. Mach mit. Sei fit.“ sollen Kinder in Düsseldorfer Grundschulen für gesunde Ernährung und mehr Bewegung sensibilisiert werden. Die teilnehmenden Kinder lernen beim aid-Ernährungsführerschein den Umgang mit Lebensmitteln und Küchengeräten in Kooperation mit dem Bildungszentrum für Diätassistenz der Kaiserswerther Diakonie und nehmen an dem von der Sportwissenschaftlerin Prof. Dr. Kerstin Ketelhut für Grundschulen entwickelten Bewegungsprogramm „Fitness für Kids“ teil. Die beiden Krankenkassen IKK classic und KKH, diabetesDE - Deutsche Diabetes Hilfe, das Sportamt Düsseldorf sowie weitere namhafte Partner und Persönlichkeiten unterstützen das Projekt und ermöglichen den teilnehmenden



Schülern weitere attraktive außerschulische Lernorte. Schirmherr ist Thomas Geisel, Oberbürgermeister der Landeshauptstadt Düsseldorf.

Weitere Informationen zu der Initiative erhalten Sie unter: [www.sms-mach-mit.de](http://www.sms-mach-mit.de)