



Quartiersmanagement Hellersdorfer Promenade

Quartiersmanagement Hellersdorfer Promenade · Hellersdorfer Promenade 17 · 12627 Berlin

Ihr Schreiben Dr. Elke Herden
vom:

Telefon/Telefax/e-mail:
☎ 0 30/44 36 36-41
Fax 0 30/44 36 36-31
✉ qm-hellersdorf@stern-berlin.de

Datum/unser Zeichen:
28.07.2010/EH

PRESSEINFORMATION vom 28.07.2010

Vitaminkicks vom Buffet

6. Promenadenbuffet am 12. August 2010 wirbt für gesunde Ernährung in der Familie

HELLERSDORF – Unter dem Motto „Gemeinsam gesund und lecker kochen“ wird am Donnerstag, dem 12. August 2010, ab 15 Uhr, in der Fußgängerzone Hellersdorfer Promenade das 6. Promenadenbuffet angerichtet. Bezirksbürgermeisterin Dagmar Pohle (DIE LINKE) wird das Buffet um 15 Uhr eröffnen. ORT: auf Höhe Nr. 17, Stadtteilbüro des Quartiersmanagements.

Zusammen mit ihren Erziehern, Betreuern und Eltern bereiten Kinder und Jugendliche an diesem Tag in den umliegenden Einrichtungen sommerlich-gesunde Köstlichkeiten zu, die dann ab 15 Uhr an einer langen Tafel in der Fußgängerzone verspeist werden. Dazu gibt es Tipps und Informationen rund um das Thema gesunde Ernährung in der Familie. Ein spezielles Promenadenbuffet-Rezeptheft zum Mitnehmen liegt bereit und regt zum Nachkochen und phantasievollen Variieren an.

Auf der Speisekarte des 6. „Promenadenbuffets“ stehen u.a. knusprige Räuberbrötchen (Familientreff „Buntes Haus“), farbenfrohe Gemüsesticks (KiTa „Spielhaus“), leckere Sommersuppe mit Putenstreifen (KIDS & Co. e.V.), frische Erdbeertörtchen (Nachbarschaftshilfe für Frauen Hellersdorf des Kiek In e.V.), russische Spezialitäten („Roter Baum“ gKJHGmbH, gesundes Fingerfood (HELLA-Klub für Mädchen und junge Frauen), fruchtige Obstspieße (Quartiersmanagement-Team), asiatische Frühlingsrollen (Kietz für Kids e.V.), bunter Obstsalat (Mittendrin in Hellersdorf e.V.) und eine kulinarische Überraschung (EASTEND Berlin e.V.), die hier noch nicht verraten wird.

Weg vom „Dosenfutter“

Heute wird in vielen Familien überhaupt nicht mehr gekocht. Auch gemeinsame Mahlzeiten sind oft nur die Ausnahme. Statt vitaminreicher Kost stehen oft nur Fertigprodukte mit zu viel Fett, Salz, Zucker und Geschmacksverstärkern auf dem Tisch. Um Kindern, Jugendlichen und jungen Eltern zu zeigen, dass Kochen Spaß macht, bieten mehrere soziokulturelle Einrichtungen im Quartier Hellersdorfer Promenade Kochkurse an.

Immer montags ab 16 Uhr wird nach den Sommerferien z.B. wieder im Jugend- und Freizeithaus EASTEND, Tangermünder Str. 127, geschnippelt,



Quartiersmanagement
Hellersdorfer Promenade

Hellersdorfer Promenade 17
12627 Berlin

Telefon: (030) 99 28 62-87
Telefax: (030) 99 28 62-88

qm-hellersdorf@stern-berlin.de

S.T.E.R.N. Gesellschaft
der behutsamen
Stadterneuerung mbH

Schwedter Straße 263
10119 Berlin

Telefon: (030) 44 36 36 30
Telefax: (030) 44 36 36 77

www.stern-berlin.com



S.T.E.R.N.
Gesellschaft der behutsamen
Stadterneuerung

gerührt und gebrutzelt. Zutaten für den Kinder-Kochkurs liefert die „Berliner Tafel“. Bereits seit Januar öffnet im EASTEND jeden Donnerstagnachmittag die „Volxküche“ für 20 Cent Unkostenbeitrag. „Wir besprechen gemeinsam, was gekocht wird, wie gesunde Zutaten eingesetzt werden können und auch, wie man sich bei Tisch verhält.“ berichtet Simone Tartsch vom EASTEND. „Unsere Besucher sollen dabei Lust bekommen, zuhause selber preiswert und frisch zu kochen, statt teures Fastfood zu kaufen oder zur Armenspeisung zu gehen.“

„Küchenlust statt Küchenfrust!“ vermittelte in den vergangenen Monaten „HELLAs Kochstudio“ im HELLA-Klub für Mädchen und junge Frauen in der Tangermünder Str. 2A. Mädchen ab 7 Jahren probierten Rezepte aus, lernten verschiedene Zubereitungstechniken kennen und verputzten ihre kulinarischen Ergebnisse anschließend gemeinsam in gemütlicher Runde.

Auch in der Themenpalette der „Elternschule“ des Familientreffs „Buntes Haus“, Hellersdorfer Promenade 14, ist das Thema gesunde Ernährung hochaktuell. Das 2010 in Kooperation mit der Alice Salomon Hochschule Berlin gestartete Projekt – finanziert aus Mitteln des Bund-Länder-Programms „Soziale Stadt“ - unterstützt junge Eltern mit Kursen, Gesprächsgruppen und kreativem Tätigsein in der Kunstwerkstatt „BildKlex-Raum“ dabei, die Entwicklung ihrer Kinder zu fördern.

Schwerpunkt Gesundheitserziehung

Im QM-Gebiet Hellersdorfer Promenade ist ein großer Anteil der Einwohner jünger als 25 Jahre. „Diesen Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen widmen wir besondere Aufmerksamkeit, um ihre Lebensperspektiven und -chancen zu verbessern.“ erläutert Daniela Kuhnert vom Quartiersmanagement-Team. Dazu gehören auch Wissen und Fertigkeiten für eine gesunde und aktive Lebensweise.

Seit 2005 leistet das vom Quartiersmanagement angeregte alljährliche Netzwerk-Projekt „Promenadenbuffet“ einen Beitrag, um diesem Ziel näher zu kommen.

Das 6. Promenadenbuffet am 12.08.10 gehört zu den insgesamt mehr als 30 soziokulturellen und nachbarschaftsorientierten Projekten, die 2010 im Quartiersmanagementgebiet Hellersdorfer Promenade aus Mitteln des Bund-Länder-Programms „Soziale Stadt“ gefördert werden.

Weitere Informationen: www.helle-promenade.de.

Medienvertreter sind herzlich eingeladen, die gemeinsamen **Koch-Vorbereitungen zum 6. Promenadenbuffet** im Kiez- und Familientreff „Buntes Haus“ zu besuchen:

Donnerstag, 12. August 2010, **11 – 13 Uhr**, „**Buntes Haus**“, Hellersdorfer Promenade 14 (Eckladen Ecke Arneburger Straße) in 12627 Berlin.

Kontakt: Tel. 28 86 89 38, e-mail: buntes-haus@kjhg-roter-baum.de