

Kids kochen mit Spaß

Familienzentrum Nordstadt startet Kurse für Kinder

Am Mittwoch, 16. Februar, startet ein neues Projekt des Familienzentrums Nordstadt, Struthbachweg 23, des *kafa* (Kasseler Familienberatungszentrum): Kinder lernen kochen! Kindgemäße Kochkurse sollen dabei den Kids das Kochen mit Spaß und guter Laune vermitteln. Die Kochkurse für Kinder von 8 bis 12 Jahren stehen immer unter einem anderen Thema.

„Alles für die Party“ heißt es vom 16. Februar, 23. Februar und 2. März (15.30 bis 17.30 Uhr). Dabei gibt es viele Tipps zur ganz persönlichen Gestaltung einer Party vom Begrüßungscocktail bis zu Fingerfood.

„Eierlei“ beschäftigt sich mit allem rund ums Ei. Was steckt dahinter, wo kommt's her, in welchem Essen versteckt es sich? Neben der Erforschung des Eis stehen leckere Gerichte mit Ei im Mittelpunkt. Kurstermine: 30. März, 6. April und 13. April.

„Nudel, Pasta & Co“ in den unterschiedlichsten Variationen werden am 11. Mai, 18. Mai und 25. Mai zusammengestellt. Dazu gibt es viele leckere Soßen und „Nick, der Nudeldetektiv“ geht der Nudel auf die Spur, denn was genau sind eigentlich Penne, Makkaroni, Cannelloni, Fussilini oder Tagliatelle?

Die Kinder werden in den Kursen spielerisch an gesundes Kochen herangeführt, auch wenn das für sie nicht im Vordergrund steht. Zudem lernen sie den geschickten Umgang mit Küchenwerkzeug und mit Lebensmitteln, sie erfahren, wie Lebensmittel sich anfühlen, wie sie riechen und schmecken. Ihre kreativen Fähigkeiten und das Teamwork mit den anderen Kindern werden ebenso wie ihre sozialen Fähigkeiten geschult. Die Rezepte sammeln die Kinder in ihrem eigenen Kochbuch zum Nachkochen für daheim.

Ein Kochkurs umfasst drei Termine in drei Wochen, für das Jahr 2011 sind insgesamt sechs Kurse geplant, ebenso schon für 2012. Die Kurse werden von drei Expertinnen - eine Ernährungsberaterin, eine Köchin und eine Hauswirtschaftslehrerin - durchgeführt.

Möglich geworden sind die Kurse durch eine großzügige Spende des Sparkassen- und Giroverbandes, der das *kafa* letztes Jahr zu Weihnachten mit dieser finanziellen Unterstützung überraschte.

Anmeldungen ab sofort unter 0561/9209089.



Kasseler Familien-
beratungszentrum e.V.

Hinter der Komödie 17
34117 Kassel
Tel. 0561.784 49 – 0
Fax 0561.784 49 – 21
info@familienberatungszentrum.de
www.familienberatungszentrum.de

- Erziehungsberatung
- Frühförderung
- Babysprechstunde
- Patenschaften
- Konfliktmanagement

Träger: Kasseler Familien-
beratungszentrum für
Kinder, Jugendliche
und Familien e.V.

Bankverbindung:
Kasseler Sparkasse
BLZ 520 503 53
Kto. 147154