

## Pressemitteilung

Bedburg, 23.07.2018

### **„Gesund Leben durch gesunde Ernährung –Koch dir deine Welt, wie sie dir gefällt“**

#### **19 Kinder kochen auf dem Bedburger Marktplatz**

Am Sonntag, dem 22. Juli 2018 verwandelte sich ein Teil des Marktplatzes von Bedburg in eine Outdoorküche. Die Stadt hatte Kinder dazu eingeladen kostenfrei unter der Anleitung von zwei Ernährungsberaterinnen/Kinder-Kochlehrerinnen von der Kochschule „Küchenpänz“ aus Köln ein gesundes und leckeres Gericht zu kochen. Die Kinder erfuhren viel Wissenswertes über Gemüse und bekamen lohnenswerte Tipps und Tricks beigebracht, wie man die einzelnen Zutaten schneidet und zubereitet. Die teilnehmenden Kinder im Alter 8 bis 11 Jahren hatten sichtlich Spaß und waren mit viel Eifer bei der Sache. Als Höhepunkt ließen sich die Kinder ihr eigenes zubereitetes Essen schmecken. Die Rückmeldung von den Kindern war durchweg positiv.

Am Sonntag, dem 29. Juli 2018 geht die Reihe „Gesund Leben durch gesunde Ernährung – Koch dir deine Welt, wie sie dir gefällt“ mit einem Grillkurs für Kinder ab 10 Jahren weiter. Kinder grillen an diesem Tag mit der Hilfe von professionellen Grillmeistern, lernen den sicheren Umgang mit einem Grill und erfahren Wissenswertes über gutes Fleisch.

Hier sind sowohl noch Restplätze für die Gruppe von 10 bis 13 Uhr, als auch für die Gruppe von 14 bis 17 Uhr frei. Eine Platzreservierung ist möglich unter dem unten angegebenen Kontakt. Restplätze werden vor Ort ab 09:30 Uhr vergeben. Sollten Plätze noch nach Beginn der Aktion frei sein, sind Seiteneinstiege möglich.

Abgerundet wird die Aktionsreihe am 26. August 2018 durch ein Angebot des Jugendzentrums POINT, dessen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit Kindern ab 6 Jahren gemeinsam verschiedene gesunde und leckere Smoothies mixen. Auch hierbei geht es darum, die verschiedenen frischen Zutaten (neu) kennen zu lernen und schmackhaft zuzubereiten. Eine Voranmeldung ist nicht nötig.

Währenddessen haben alle Kinder zusätzlich kostenfrei und unverbindlich die Möglichkeit, sich unter der Anleitung des erfahrenen Percussionisten Jo Fleischer musikalisch auszuprobieren. Zu verdanken sind diese Aktionen durch die großzügige Spende aus dem Fond „Auf!... Bedburg!“, dessen Initiator Dieter Kirchenbauer ist.

Für Rückfragen, weitere Infos und Voranmeldungen richten Sie sich gerne an:

Stadt Bedburg, Benjamin Küppers; Friedrich-Wilhelm-Straße 43, 50181 Bedburg;  
b.kueppers@bedburg.de, Telefon: +49 2272 402 578

**Bei Rückfragen**

**Stadt Bedburg**

Sandra Salzhuber

Am Rathaus 1, 50181 Bedburg

[s.salzhuber@bedburg.de](mailto:s.salzhuber@bedburg.de) \* T: +49 2272 402 124 \* [www.bedburg.de](http://www.bedburg.de)