



## ZWEI STARKE INITIATIVEN IN GEMEINSAMER SACHE

### DIE KOOPERATION ZWISCHEN DER SARAH WIENER STIFTUNG & CARE FOR KIDS

Sarah Wiener & Dr. Steffen Ammann sprechen über die Zusammenarbeit und das gemeinsame Engagement. Außerdem vertreten sie Ihre persönlichen Lieblingsgerichte.

#### Wie kam es zu dieser Kooperation?

**Sarah Wiener:** „Sanetta kam im Rahmen seiner Initiative „Care For Kids“ auf die Sarah Wiener Stiftung zu, weil sie sich im Bereich Ernährungsbildung engagieren wollten. Wir fanden, dass Sanetta mit seiner Firmenphilosophie, mit den Werten Modernität, Qualität, Natürlichkeit und Ehrlichkeit sehr gut zu uns und unseren Zielen passt.“

**Dr. Steffen Ammann:** „Im Rahmen unserer Initiative „Care for kids“ sind wir immer auf der Suche nach Partnern, die sich, wie wir, rund um das Thema Kinder und Jugendliche engagieren und in ihren Werten und ihrem Denken zu uns passen. Nachdem wir letztes Jahr eine schöne Kooperation im Bereich Kunst mit der Kinderkunstwerkstätte Baden-Baden hatten, wollten wir gerne etwas im Bereich der Ernährung von Kindern machen. Da uns bekannt war, dass Frau Wiener sich in diesem Bereich sehr glaubwürdig engagiert, war sie für uns die erste Adresse für eine Kooperation in diesem Bereich. Und sie war sofort interessiert, was uns sehr gefreut hat.“

#### Beschreiben Sie in einem Satz, was Sie mit Ihrer Initiative bewegen wollen?

**Sarah Wiener:** „Das sagt ja schon das Motto der Stiftung: Wir setzen uns ein „Für gesunde Kinder und was Vernünftiges zu essen.“

**Dr. Steffen Ammann:** „Uns geht es um die Kinder in unserer Gesellschaft. Da mein Bruder und ich jeweils drei Kinder haben, wissen wir beide, wo die Defizite unserer Gesellschaft in Bezug auf unsere Kinder liegen. Mit unserer Initiative wollen wir einen kleinen Beitrag leisten, die Situation für unsere Kinder in unserem Land zu verbessern, sei es im Bereich der Ernährung, der Erziehung oder anderer Themen die unsere Kinder in unsere Gesellschaft betrifft.“

#### Was bedeutet für Sie gesunde Ernährung und wie handhaben Sie das bei sich selbst und in Ihrer Familie?

**Sarah Wiener:** „Gesundes Essen klingt so nach Strafe, Lustfeindlichkeit und Verzicht. Warum eigentlich? Gesundes Essen ist immer auch schmackhaft, abwechslungsreich und sinnlich. Das muss die Botschaft sein. Ich sage auch lieber „vernünftige Ernährung“. Das bedeutet für mich vor allem, überhaupt zu wissen, was ich esse. Zum Beispiel indem ich meine Mahlzeiten selbst zubereite und mich nicht blind auf Fertignahrung verlasse. Weiter gedacht heißt „vernünftig essen“, auch im Blick zu haben, welche Auswirkungen mein Essverhalten auf die (Um-)Welt hat. Das praktiziere ich auch privat, so gut es eben geht. Ich bin allerdings viel unterwegs, da kann ich das nicht immer 100-prozentig durchhalten. Ich würde sagen: Ich bemühe mich aufrichtig.“

**Dr. Steffen Ammann:** „In unserer Familie achten wir auf ausgewogenen Ernährung, d.h. nicht zu viel Fleisch, auch mal Fisch, viel saisonales Gemüse und Salat. Soweit es geht verwenden wir Bioprodukte.

Da ich vor dem Studium eine landwirtschaftliche Lehre auf einen Biobauernhof gemacht habe, war das Thema Lebensmittel aus biologischem Anbau für mich schon immer sehr wichtig. Ansonsten kaufen wir möglichst Produkte aus der Region, wo wir z.B. bei Fleisch wissen, dass der Hof die Tiere artgerecht hält. Natürlich gibt es bei uns auch mal Süßigkeiten oder Nutella. Wir versuchen dies jedoch in Grenzen zu halten.“

## **Jedes fünfte Kind leidet in Deutschland an Fehlernährung. Was kann neben besserer Ernährung getan werden? Wo liegen Ihrer Meinung nach dafür die Gründe?**

**Sarah Wiener:** „An Essstörungen, Übergewicht und Fehlernährung leiden in Deutschland besonders viele Kinder aus sozial benachteiligten Familien. Sie sind von den Folgen falscher Ernährung dreimal häufiger betroffen wie Kinder aus der Mittel- und Oberschicht. Wobei auch bei letzteren die Zahl der Fehlernährten zunimmt. Deshalb finde ich, es sollte bereits ab dem Kindergarten Ernährungsbildung verpflichtend für alle Kinder geben. In der Schule sollte es ebenso verpflichtend Kochkurse geben. Und natürlich müssten die Schulkantinen besser werden. Eine kürzlich veröffentlichte Langzeitstudie hat herausgefunden, dass Schulessen nur in den wenigsten Fällen den Ansprüchen an eine gesunde, ausgewogene Ernährung gerecht wird.“

**Dr. Steffen Ammann:** „Was ich auch in meinem privaten Umfeld beobachte, ist dass in vielen Familien nicht mehr wirklich gekocht wird und stattdessen viel fertig vorbereitete Gerichte gegessen werden. Dadurch leidet die Qualität der Ernährung und gleichzeitig geht Wissen über Ernährung in unserer Gesellschaft sukzessive verloren. Zusätzlich leiden viele Kinder an Bewegungsmangel da sie zuviel Zeit vor dem Fernseher oder PC verbringen. Was getan werden muss, ist zum einen Aufklärung, z.B. Schulungen zu diesen Themen, wo ja gerade die Stiftung von Frau Wiener ansetzt. Aber auch die Politik ist hier gefordert.“

## **Was kochen Sie am liebsten? Was ist ihr Lieblingsgericht?**

**Sarah Wiener:** „Es gibt einfach zu viele ganz verschiedene Geschmäcker und Geschmackskombinationen, die ich liebe, dass ich mich nicht für einen einzigen davon entscheiden kann. Das wechselt je nachdem, was gerade für Gemüse und Obst Saison hat. Süßigkeiten gehen immer :). Als Kind war ich ganz wild auf Grießbrei, den konnte ich mir auch selbst kochen.“

**Dr. Steffen Ammann:** „Gerade jetzt im Sommer esse ich am liebsten schöne, frische italienische Antipasti. Als Schwabe esse ich natürlich total gerne einen guten Zwiebelrostbraten mit Spätzle.“

