

# Wie Kochen hilft, Lesen zu lernen

**FLENSBURG** Gesunde Ernährung und Bewegung sollen helfen, die deutsche Sprache besser zu vermitteln. Das zeigte ein zweitägiger Workshop der Universität Flensburg Dozenten für Lesen und Schreiben für deutschsprachige Erwachsene der Volkshochschulen Schleswig-Holsteins. Ein Team aus Flensburger Wissenschaftlern der Bereiche Sport und Ernährung sowie ein Kochprofi und eine Bewegungsexpertin gaben zahlreiche Impulse.

Neueste Forschungsergebnisse alarmieren: Mehr als 14 Prozent der Deutschen können keine zusammenhängenden Texte lesen oder schreiben und leiden unter „funktionalem Analphabetismus“. Der Workshop ist Bestandteil des deutsch-dänischen Gemeinschaftsprojektes „Interkulturelle Förderung der Ernährungs- und Bewegungskompetenz“, welches von der EU gefördert wird. Die Universität Flensburg und das University College Syddanmark (UC-SYD) wollen neue Perspektiven zum Thema Ernährungs- und Bewegungskompetenzen schaffen und den Austausch zwischen den Partnern durch den Aufbau eines Netzwerkes stärken. Die Zielgruppen sind

Schulen, Lehrer und ihre Schüler sowie Bildungsstätten für Alphabetisierungskurse. „Was an guten Ideen im Rahmen von Projekten entwickelt wird, soll nach einer wissenschaftlichen Evaluierung durch ein Schneeballprinzip verbreitet werden“, erläutert Dr. Nele Schlapkohl, Akademische Rätin am Institut für Gesundheits-, Ernährungs- und Sportwissenschaften, Abteilung Sportwissenschaft. „Wir möchten herausfinden, wie Ernährungs- und Bewegungskompetenzen nachhaltig in den Alltag integriert werden können“, fügt sie hinzu. Ziel dieses Workshops war, Kursleiter für Alphabetisierungskurse

mit praxisnahen Übungen zu inspirieren. Profikoch Jochen Arnhofer demonstrierte bei der Veranstaltung „Kochen ohne Rezept“ die wichtigsten Handgriffe in der Küche. Mit dem Tunnelgriff halbiert er gekonnt eine Möhre, mit dem Krallengriff werden Zwiebeln gewürfelt. An diesem Tag zaubern die Teilnehmer eine Steckrübensuppe mit Hähnchen, Gemüse und Tzatziki.

Petra Mundt leitet den Bereich Lesen und Schreiben für deutschsprachige Erwachsene des Landesverbandes der Volkshochschulen. „Ich freue mich über die geballte Fachkompetenz und über die vielen

Anregungen. Das ist für uns ein großer Gewinn“, sagt Mundt und wird das neue Wissen zeitnah umsetzen.

Dass Bewegungsspiele mit wenig Aufwand den Lernerfolg steigern, vermittelte die Bewegungsexpertin Meike Starke. „Die Teilnehmer der Deutschkurse lernen neben der Sprache, dass sie selbst für ihre Ernährung und Bewegung Verantwortung übernehmen“, sagt Dr. Ulrike Johannsen, Akademische Rätin am Institut für Gesundheits-, Ernährungs- und Sportwissenschaften, Abteilung Ernährungs- und Verbraucherbildung.

Für das dreiköpfige Wissenschaftlerteam der Universität Flensburg aus Nele Schlapkohl, Ulrike Johannsen und Birte Oldenburg war dies der zweite Workshop im Rahmen des Projektes. Zuvor haben sie Lehrer an mehreren Flensburger und dänischen Schulen zu den Themengebieten geschult. „Nachdem wir die Lehrer inspiriert und Experten eingeladen haben, haben die Lehrer in einer zweiten Phase selbst Projekte zu Ernährung und Bewegung für ihre Schulen entwickelt und setzen diese ab Anfang 2013 im Unterricht um“, erläutert Johannsen.

Lea Stanke



**Kochunterricht:** v.l. Monika Hoffmann (VHS St. Peter Ording), Nele Schlapkohl (Uni Flensburg), Liane Hockling (VHS Norderstedt/Hamburg), Angelika Wienhold (VHS Heide), Ulrike Johannsen (Uni Flensburg).

STANKE