

Kinderkookcafe

Kinderen
in Vreewijk
genieten twee
keer per week
van een gezonde
maaltijd



Samen koken en samen eten bij speelplek Ratjetoe zorgt dat kinderen in Vreewijk twee keer per week een gezellige middag hebben en genieten van een gezonde maaltijd. De initiatiefnemers willen de gezondheid van de jeugd in de deelgemeente verbeteren.

Startsituatie

In de deelgemeente Feijenoord en in de wijk Vreewijk hebben veel gezinnen het financieel moeilijk. De gevolgen zie je op verschillende terreinen terug, ook in de gezondheidssituatie van de jeugd. Veel kinderen kampen met overgewicht als gevolg van ongezonde voeding. Een ongezonde hap is nu eenmaal vaak goedkoper dan een gezonde maaltijd.



Het initiatief

Vrijwilligers van speelplek Ratjetoe en medewerkers van Thuis Op Straat (TOS) zien dagelijks kinderen uit de buurt op de speelplek spelen. Zij zien dat de conditie van de jeugd achteruit gaat, dat de jeugd best iets wil ondernemen maar beperkte mogelijkheden heeft.

Dit resulteert in het kinderkookcafé. Door samen met kinderen een menu op te stellen, boodschappen te doen, te koken en te eten, leren kinderen meer over gezonde en verantwoorde voeding en hygiëne. Daarnaast leren ze ook samen te werken, te plannen en te organiseren. Voor de kinderen zijn geen kosten verbonden aan de activiteit.

Organisatie en steun

Het initiatief is ontstaan vanuit TOS. Zij bereiden samen met vrijwilligers van speelplek Ratjetoe de activiteit voor en werven de kinderen. De kerk naast de speelplek biedt de benodigde faciliteiten zoals ruimte om te koken en te eten. Eind 2012 zijn de kookfaciliteiten nog zeer beperkt, waardoor medewerkers van TOS nog zelf koken. De kerk zorgt begin 2013 voor aanpassing van de

Kerngegevens

Waar

Deelgemeente:

Feijenoord

Wijk: Vreewijk

Initiatiefnemer(s)

Vrijwilligers Speelplek

Ratjetoe i.s.m.

Thuis Op Straat (TOS)

Thema

Jeugd en gezondheid

Aantallen

20 kinderen / 3 à 4
vrijwilligers per middag,
3 medewerkers TOS

Stand van zaken

In uitvoering

Leerzaam

Er zijn leuke en
aantrekkelijke manieren
om stedelijke problemen
als armoede en
gezondheid op kleine
schaal aan te pakken.

Financiering

Opzoomer Mee,

Havensteder,

deelgemeente

Feijenoord en de kerk

(Community of Jesus

Christ)

Meer informatie

Marja van Duffelen (TOS)

(06) 55 39 09 65

marja.v.duffelen@thuisopstraat.nl

Dicky Ruhulessin

(06) 13 97 92 64

ruhulessin1@hotmail.com

Www.speelplekratjetoe.nl



keuken, waardoor de kinderen ook zelf veilig kunnen gaan koken. Momenteel organiseren de vrijwilligers tijdens het koken andere activiteiten rond sport, taal of knutselen.

Dit initiatief wordt uitgevoerd door vrijwilligers van speelplek Ratjetoe i.s.m. medewerkers van TOS en facilitaire steun vanuit de kerk. (Zij hebben inmiddels ook toegezegd in de keuken te willen investeren t.b.v dit project). In 2012 hebben winkeliers uit de buurt (o.a. Albert Heijn) het project ondersteund met de donatie van producten.

Resultaat

Twee keer per week (maandag en donderdag tussen 15.30 en 18.00 uur) vindt het kinderkookcafe plaats. Een gezellige activiteit voor kinderen uit de buurt die door samen te koken leren om samen te werken en daarnaast minimaal 2x per week gezond eten. Het initiatief levert daarmee een kleine bijdrage aan de aanpak van het armoede- en gezondheidsprobleem in de buurt.

Opvallend aan dit initiatief

Gezondheid en beperkte financiën zijn problemen waar veel bewoners mee te kampen hebben en zich vaak ook voor schamen. Bovenstaand initiatief is leuk en aantrekkelijk voor de doelgroep zonder dat het stigmatiserend werkt. Ondanks de beperkte mogelijkheden en omvang kan het zowel kinderen als ouders leren hoe je met weinig middelen gezond en verantwoord kan eten.



Tips

- 1.** *Benader winkeliers voor een bijdrage in natura of bezoek de markt om kosten te beperken.*
- 2.** *Houd de groep beperkt zodat alle deelnemers een rol krijgen in het proces van boodschappen doen, tafel dekken, koken, opruimen, enzovoorts).*
- 3.** *Maak foto's en een receptenboekje zodat de kinderen de gerechten thuis ook kunnen maken en/ of ouders op ideeën worden gebracht voor gezonde, verantwoorde en betaalbare maaltijden.*

